

# WYCHOWANIE FIZYCZNE

Organ Rady Wychowania Fizycznego i Kultury Cieleśnej,  
Polskiego Związku Sokolego i innych zrzeszeń.

Redaktor naczelny: Prof. dr. E. Piasecki.

Miesięcznik, poświęcony higienie szkolnej i wychowaniu fizycznemu  
ciąg dalszy „Ruchu” (Warszawa 1906—1914, zał. ś. p. Wł. R. Kozłowski)

Organ Rady Wychowania Fizycznego i Kultury Cieleśnej, Polskiego  
Związku Sokolego, Polskiego Związku Towarzystw Wioślarskich,  
Sekcji wychowania fizycznego Tow. Nauczyc. szkół wyższych;  
polecony do przedpłaty drużynom przez Związek Harcerstwa Polskiego,  
poparty zasiłkiem Ministerstwa Zdrowia Publicznego, polecony bibliotekom  
szkół państwowych i prywatnych; lekarzom szkolnym przez  
Ministerstwo W. R. i O. P. i Depart. Oświecenia Min. b. zab. pruskiego.

Redaktor naczelny:

Prof. dr. Eug. Piasecki, Poznań, ul. Chełmońskiego 20.

Komitet redakcyjny

stanowi Rada Wychowania Fizycznego i Kultury Cieleśnej, w skład której wchodzi pp.  
Kap. dr. **Armatys** (Warszawa), Stan. **Biega** (Warszawa), radca Kaz. **Bruchnalski** (Lwów);  
kier. min. dr. **W. Chodźko** (Warszawa), prof. dr. St. **Ciechanowski** (Kraków), Tad.  
**Garczyński** (Warszawa), Józ. **Gebethnerówna** (Warszawa), prof. dr. Fr. **Göer** (Lwów),  
dr. Wład. **Hojnacki** (Lwów), gen. **Jacyna** (Warszawa), dr. **A. Karwowski** (Poznań),  
dr. St. **Kopczyński** (Warszawa), Stefan ks. **Lubomirski** (Warszawa), pr. dr. **Michałowicz**  
(Warszawa), Hel. **Olszewska** (Warszawa), dr. **M. Orłowicz** (Warszawa), kap. dr. **Wł.**  
**Osmólski** (Warszawa), prof. dr. Kaz. **Panek** (Lwów), prof. dr. Eug. **Piasecki** (Poznań),  
dr. Stan. **Polakiewicz** (Lwów), pos. dr. St. **Rottermund** (Warszawa), dr. Stan. **Rowiński**  
(Kraków), kap. dr. **Różycki** (Warszawa), kap. Wal. **Sikorski** (Poznań), dyr. **P. Sosnowski**  
(Warszawa), prof. dr. **Strassburger** (Warszawa), dr. Tad. **Strumillo** (Warszawa), por.  
**H. Świdorski** (Warszawa), dr. Tad. **Szulc** (Poznań), prof. Zygm. **Wyrobek** (Kraków),  
dr. Kaz. **Wyrzykowski** (Lwów), dr. **Wł. Świątopełk-Zawadzki** (Warszawa).

Wydaje grono założycieli,

do którego przystąpili w dalszym ciągu:

125. 8-mio kl. Gimnazjum Realne w Kraśniku, 126. 8 klas. Gimnazjum J. Popielewskiej i J. Zdzienickiej w Warszawie, 127. Książnica Polska w Warszawie, 128. Komisja Dostaw Harcerskich w Łodzi, 129. Korpus Kadetów w Krakowie, 130. Klub sportowy „Stryj”, 131. Krakowski Klub Cyklistów i Motorzystów, 132. Klub sportowy „Cracovia”, 133. Ministerstwo b. dzieln. Pruskiej, 134. Poznański Związek Okręgowy Piłki Nożnej, 135. Jan Fazanowicz (Poznań), 136. Marjan Beym (Poznań), 137. Paweł Szumowski (Tarnów), 138. Dr. Wal. Serberński (Lwów), 139. St. Sedlaczek (Warszawa), 140. dyr. Kwiryn Szwacki (Kraśnik), 141. Amelja Żółtowska (Warszawa).

Résumés des principaux articles contenus dans les Nos 1—6.

Dr. W. Osmólski. L'Éducation physique à l'école primaire. (No. 1—2, pp. 1—10). C'est un rapport de l'auteur, lu devant le Conseil d'Éducation physique de l'État. Voici les principes qu'il recommande pour les exercices du corps

à l'école primaire (qui est obligatoire pour tous les enfants du pays de 7 à 14 ans). On divisera les enfants pour les exercices, avec le concours du médecin scolaire, en groupes spéciaux (ne coïncidant pas toujours avec les classes), selon leurs forces et leur entraînement.

On choisira les exercices selon leur valeur physiologique et pédagogique; chaque leçon contiendra tous les principaux modes d'action sur l'organisme de l'enfant (schème suédois).

La gymnastique sera attrayante, entrecoupée par des jeux qui, chez les plus petits, rempliront tout le programme d'exercices. Outre l'enseignement de la gymnastique dans les écoles normales d'instituteurs (qui comprend 3 heures par semaine pendant les 5 ans d'études), l'état organise des cours de perfectionnement. Les exercices seront réglés par les médecins scolaires et par des inspecteurs-spécialistes. Chaque groupe d'enfants prendra une séance quotidienne d'exercices de 30 min.; les plus grands auront, en outre, au moins un après-midi par semaine consacré aux jeux. (Voté par le Conseil à l'unanimité).

Dr. T. Drabczyk. **L'Index de Pirquet** (ibid., pp. 11—15). En se basant sur 1250 mensurations individuelles, l'auteur recommande l'index du prof. Pirquet (de Vienne) aux médecins scolaires pour remplacer les termes usités assez vagues sur l'état de nutrition de l'enfant. On sait que cet index est calculé selon la formule

$$\sqrt[3]{\frac{10 \cdot \text{poids en centigrammes}}{\text{hauteur ischio-pariétale en centimètres}}}$$
 L'auteur divise les élèves mesurés, d'après

les chiffres obtenus, en 6 catégories (un peu différentes de celles de Pirquet): au dessous de 90 (nutrition mauvaise), 90,1—94 (n. insuffisante), 94,1—97 (n. suffisante), 97,1—101 (n. bonne), 101,1—405 (n. très bonne; au dessus de 105 (obésité). Il a comparé mainte fois les données de ces mensurations avec celles d'observation directe du médecin et des professeurs, en trouvant toujours un accord complet. Ces résultats l'ont mené, aussi, aux conclusions intéressantes sur l'état de nutrition de la jeunesse polonaise d'aujourd'hui. Sur la totalité de 1250 élèves (dont la plupart appartenait aux classes aisées) il a trouvé 50,72% mal ou insuffisamment nourris, ce qu'il envisage comme un résultat néfaste de la guerre.

Cap. W. Sikorski. **L'Éducation physique comme base de l'entraînement du soldat**. (No. 1—2, pp. 18—22, No. 3—4, pp. 75—78). L'entraînement du soldat doit être basé sur l'éducation (physique et intellectuelle) rationnelle d'enfants et des jeunes gens; d'où il suit qu'une bonne organisation de l'école primaire et un niveau approprié du corps enseignant décideront, entr'autres, sur la valeur du soldat. La meilleure forme de l'éducation en dehors de l'école, c'est le scouting; nous en avons vu des preuves pendant cette guerre, où les éclaireurs polonais ont reporté des succès remarquables.

Les recrues doivent venir à l'armée doués d'une efficacité physique appropriée, d'une attitude bonne, ainsi que d'un état d'âme sera et patriotique. Ces qualités seront développées davantage durant leur séjour dans l'armée. Après la gymnastique éducative de l'école vient la gymnastique militaire, c'est-à-dire appliquée, qui ne cesse pas pourtant d'être réglée d'après les mêmes lois de l'organisme humain, dont Ling nous a enseigné l'application aux exercices du corps. La leçon-type du soldat comprendra des exercices gradués méthodiquement. Chaque séance contiendra, entr'autres, des mouvements de défense, des jeux, des chants et des franchissements d'obstacles. On soumettra les résultats au contrôle scientifique (mensurations et épreuves périodiques).

Dr. M. Orłowicz. **Organisation du tourisme en Pologne** (No. 3—4, pp. 70—74, No. 5—6, pp. 128—132). Cette organisation doit lutter avec des difficultés énormes, car les trois gouvernements impériaux qui régnaient dans la Pologne démembrée, faisaient tous les efforts possibles pour entraver le tourisme polonais, mouvement toujours si étroitement lié avec le patriotisme. Bientôt après l'union des trois parties du pays, les représentants du Gouvernement et des Sociétés touristes se sont réunis à Cracovie pour discuter les problèmes de ce domaine. Comme résultat, on aura, outre un rapporteur du tourisme au Ministère des Travaux Publics (rôle confié à l'auteur de l'article), un Comité pour le Tourisme près du même Ministère, composé par des représentants des Ministères des voies ferrées, de la Santé etc., ainsi que par des délégués des diverses Sociétés. Le pays où le tourisme était presque interdit avant la guerre, dévasté affreusement pendant ce cataclysme mondial, n'offre pas actuellement de terrain pour les touristes étrangers. Le Gouvernement et les Sociétés travaillent assidûment pour propager et faciliter d'abord le tourisme interne (évolution de l'industrie hôtelière, impression de guides, construction d'abris alpins, perfectionnement du réseau des chemins de fer etc.) en préparant de cette manière méthodiquement les bases pour le tourisme international.

# WYCHOWANIE FIZYCZNE

Organ Rady Wychowania Fizycznego i Kultury Cieleśnej,  
Polskiego Związku Sokolego i innych zrzeszeń.

Redaktor naczelny: Prof. dr. E. Piasecki.

Prof. dr. Eug. Piasecki, Poznań.

## Krytyczny przegląd najnowszych systemów gimnastycznych.

Sto lat zgórą minęło od czasu, gdy Gutsmuths, Jahn i Spiess w Niemczech, a Pehr Henrik i Hjalmar Lingowie w Szwecji stworzyli podstawy gimnastyki nowoczesnej. Od chwil owych fizjologia, higiena i psychologia człowieka, ze skromnych zawiązków, rozwinęły się w potężne gałęzie wiedzy. Można by zatem oczekiwać zasadniczej ewolucji i w dziedzinie wymagającej tak ścisłego oparcia o wymienione nauki, jaką jest niewątpliwie wychowanie fizyczne.

Ewolucję tę widzimy istotnie, dokonywującą się w ciągu kilku dziesiątek lat z coraz większą siłą. Od lat siedmdziesiątych zeszłego stulecia, pod wpływem przykładu Anglii, zaczęto i na kontynencie Europy znów oceniać należycie (jak to już czynił był Gutsmuths) wartość wychowawczą gier i sportów, na równi z gimnastyką. U nas ten ruch wydał słynne i na obczyźnie Ogrody Jordanowskie. Ostatnie dziesięciolecie zeszłego wieku znów przyniosło pochod zwycięski szwedzkiego systemu gimnastyki, który wyparł niemiecką *Turnkunst* zewsząd nieledwie, niezupełnie oszczędzając nawet jej własną ojczyznę. Nie te jednak stądja będą przedmiotem rozważań dzisiaj; omawiano je już do syta, także w naszej literaturze<sup>1</sup>).

Zajmiemy się tu wyłącznie dobą najświeższą — upływającymi właśnie dwoma dziesiątkami lat bieżącego stulecia. Przyznać trzeba, że wysiłki twórcze w tym zakresie wzmogły się i rozrosły w latach rzeczonych i wymagają dużego nakładu pracy, aby je rejestrować i należycie ocenić. Ocena przytem prób zbyt świeżych jeszcze, zbyt małą dających sumę wyników, nasuwa trudności, których nie chcemy

<sup>1</sup> Por. m. i. A. Mosso. Wychowanie fizyczne młodzieży. Lwów (Altenberg) 1899. E. Piasecki: Zasady wychowania fizycznego, Kraków. (Friedlein) 1904. Tenże: Gimnastyka wychowawcza szwedzka w Polsce. „Muzeum“ 1912.

lekceważyć. Postaramy się dać taki przegląd nowych kierunków w tej dziedzinie, jakiego można dokonać dziś, nie opierając się na wynikach pomiarów i eksperymentów porównawczych, które, prowadzone przez szereg lat, mogłyby wartość nowych metod określić z należyłą ścisłością naukową. Tymczasem jednak praca wychowawcza musi iść nieprzerwanym tokiem i wymaga od nauki takich danych, na jakie ją stać w chwili obecnej.

Pomijając liczne odosobnione próby, które nie wyróżniły się ani wewnętrzną wartością, ani większym rozpowszechnieniem, zaczniemy od reformatorów, tworzących systemy nowe, aby potem przejść do skromniejszych pracowników ewolucji w obrębie systemów dawnych.

### G. D e m e n y

pozyskał imię niepoślednie już w latach 80-tych, jako współpracownik słynnego fizjologa E. M a r e y a w kierowanej przez niego Stacji fizjologicznej w *Parce des Princes* pod Paryżem, przyczyniając się niemało do udoskonalenia metod badania mechaniki ruchów (zwłaszcza chro-nofotografji) i antropometriji, stosowanych do potrzeb wychowania izycznego<sup>2)</sup>. Wysłany przez rząd francuski do Szwecji, wraca stamtąd jako entuzjastyczny zwolennik systemu L i n g o w s k i e g o. Książka jego, zawierająca sprawozdanie z tej misji<sup>3)</sup>, stała się, między innymi, i u nas jednym z pierwszych źródeł ruchu na korzyść gimnastyki szwedzkiej. Jeszcze w r. 1903<sup>4)</sup> D e m e n y wyraża się o twórcach systemu szwedzkiego z podziwem i zaleca przyjęcie jego zasad, mających, jak mówi, za podstawę samą fizjologję ludzką i zastrzega się jedynie przeciw jego zbyt rygorystycznemu stosowaniu w szczególach.

Nagle, w r. 1905, zmiana nieoczekiwana: D e m e n y potępia w czambuł swój niedawny ideał, nie znajduje prawie żadnych zalet w dziele obu L i n g ó w i stara się na jego miejsce postawić nieokreśloną bliżej „metodę francuską“<sup>5)</sup>. Praca ta tak rażąco odbija od poprzednich błędami logicznymi i metodologicznymi, że mimowoli szukamy przyczyny zmiany poza przytoczonymi argumentami. Dał nam też ją ujrzeć autor, choć dopiero w 5 lat później, występując w roli twórcy nowego systemu, po raz pierwszy na III Kongresie międzyna-

<sup>2)</sup> F. Demeny. Bases scientifiques de l'éducation physique. Paryż (Alcan.)  
T e n ż e. Mécanisme et éducation des mouvements. Tamże.

<sup>3)</sup> Wychowanie fizyczne w Szwecji (przekład Gawrońskiej). Warszawa 1892.

<sup>4)</sup> Patrz przedmowę do dzieła L e f é b u r e ' a „L'Education physique en Seude“. Bruksela (H. Lamertin).

<sup>5)</sup> L'Ecole française. Paryż (Fournier).

rodowym higienistów szkolnych w Paryżu (pokaz jednej uczenicy), potem zaś tamże na Kongresie wychowania fizycznego w r. 1913 (pokaz niewielkiego zastępu dziewcząt).

Na podstawie tych pokazów, oraz dzieł, jakie D e m e n y wydał o swym systemie<sup>6)</sup>, możemy wypowiedzieć następujące uwagi.

Zasady swoje streszcza autor w 8 tezach, które podajemy w dosłownym przekładzie. „1. Zawsze ruch i praca, żadnych wysiłków mięśniowych bez ruchu. — 2. Ruchy są obszerne, zupełne, zaokrąglone i ciągle we wszystkich kierunkach możliwych. — 3. Ruchy wykonywa się z giętkością, pozostawiając w spoczynku mięśnie, których pomoc nie jest potrzebna. — 4. Końce odcinków ciała (ramion, nóg, tułowia) opisują w przestrzeni linje kręte bez kątów ostrych i zbliżające się do koła, elipsy, ósemki i ślimacznicy. — 5. Oś tych ruchów stożkowatych jest to pozioma, to pionowa lub skośna i w różnych płaszczyznach pionowych i poziomych przechodzących przez bark lub biodro. — 6. Ruchy ramion i nóg są wspólne lub posobne, symetryczne i asymetryczne. — 7. Prędkość poszczególnych odcinków ciała: głowy, tułowia, ramienia, ręki, uda, nogi, jest w stosunku odwrotnym do masy tych odcinków. — 8. Harmonja ruchu jest to zgoda doskonała między postawą ciała, czynnościami mięśni, oporem do przewyciężenia i czynem lub pracą wykonywaną“.

Jak było można spodziewać się zgóry, owoc pracy długoletniej znawcy tej miary, jak D e m e n y, przedstawia się poważnie i musi być wzięty w rachubę przez teoretyków i praktyków naszej dziedziny. W istocie, wszystkie zasady wymienione odpowiadają pewnym stwierdzonym prawom fizjologicznym i domagają się w mniejszym lub większym stopniu zastosowania w praktyce wychowania fizycznego.

I tak, zasada pierwsza wynika z faktu, iż skurcz trwałe (statyczny) pewnego mięśnia najszybciej go wyczerpuje, że zatem lepiej odpowiada higienie pracy mięśniowej skurcz dający ruch członków (dynamiczny). Inna rzecz, że D e m e n y sam w obmyślonych przez się ćwiczeniach nie potrafił, bo nie mógł, uniknąć wysiłków statycznych. Samo utrzymanie ciała w postawie np. stojącej wymaga już znacznej sumy takich skurczów trwałych. Dalej, autor niczem nie udowodnił, że dość liczne w dotychczasowej gimnastyce (zwłaszcza szwedzkiej) ćwiczenia, wymagające z rozmysłem skurczów trwałych (np. wytrzymania w skłonie napiętym lub skłonie wprzód, z chwytem karku, ramionami w pion i t. p.) należy wykluczyć na jedynej

<sup>6)</sup> Education physique de la jeune fille. Paryż (Libr. des Annales) 1911. Éducation physique des adolescents. Tamże (F. Alcan) 1917.

podstawie mniej korzystnych warunków pracy pewnych grup mięśniowych. Ćwiczenia te mają swe uzasadnienie w celach zdrowotnych i estetycznych poważnych, wysoko cenionych we wszystkich pracach dotychczasowych samego autora. Idzie w nich o zmniejszenie krzywizn kręgosłupa, ustalenie barku ku tyłowi, rozszerzenie klatki piersiowej itp. Napróżno szukamy wśród zasobu ćwiczeń nowego systemu czegoś, coby choć w drobnej części mogło zastąpić te tak starannie obmyślane Lingowskie ćwiczenia prostujące. Wynika to zaś z samej natury rzeczy. Postawa prawidłowa jest bowiem w znacznej mierze wynikiem przyzwyczajenia właśnie do pewnych skurczów statycznych i nie uzyskamy jej, unikając tych skurczów.

Punkty 2—5 określają bliżej rodzaj owej pracy dynamicznej mięśni, którą Demeny zaleca. Ruchy mają być *obszerne i zupełne* (pleonazm), a zatem sięgać od największego skurczu do najzupełniejszego rozkurczu danego mięśnia, połączonego z rozciągnięciem go przez skurcz przeciwnika (antagonisty). Znanie prawo Schwanna istotnie poucza nas, że kurczliwość mięśnia jest największą w chwili rozciągnięcia, a Demeny w swych dziełach poprzednich bardzo słusznie podniósł należyte uwzględnienie tego prawa w systemie szwedzkim, który zawsze dba o doprowadzenie każdego ruchu do możliwych granic obszerności (poświęcając raczej inne jego przymioty, jak szybkość i natężenie). Tu zatem nie sądzę, aby nowa metoda prześcignęła dawną, przeciwnie, raczej pozostaje za nią w tyle, choćby z powodu unikania wytrzymań (patrz wyżej), które nieraz dopiero pozwalają dojść do krańców możliwości ruchu (n. p. skłon wprzód i dół), oraz odrzucenia przyrządów, ułatwiających rozciąganie mięśni przez ciężar ciała (np. w zwisach). Wszak D. każe dziewczętom zupełnie obywać się bez przyrządów!

Ruchy mają być dalej *zaokrąglone i ciągłe*, we wszystkich kierunkach możliwych. Tu leży właściwa charakterystyka układu autora, odróżniająca go naprawdę od metod dotychczasowych, a oparta na prawie mechaniki ruchu, stwierdzającem mniejsze znużenie mięśni przy jego kierunku krzywolinijnym, wchodzącym w siebie (koło, elipsa, ósemka etc.), niż przy linii prostej lub łamanej. Oszczędzamy sobie wówczas energji, potrzebnej na wstrzymanie ruchu i nagłą zmianę jego kierunku. Stąd tak wybitnie małe znużenie mięśni przy jeździe na rowerze, stąd instynktowne prowadzenie członka po linii krzywej wchodzącej w siebie, przy długotrwałym ruchu (uderzenie skrzydeł ptaka czy owada, pletw rybich, ruchy ręki kowala itp.). Ten punkt widzenia nakazuje Demenyemu wypełniać większą część wzorca ćwiczebnego (który oczywiście istnieje tu, podobnie jak w układzie szwedzkim) *ruhami okrężnymi róż-*

nych odcinków ciała w różnych kierunkach i z opisywaniem różnych linii krzywych.

Zwrócenie uwagi na zbyt małe uwzględnienie owych ruchów okrężnych w dawniejszych systemach pozostanie, zdaniem mojem, trwałą zasługą Demenyego. Teorja każe nam wnosić, że zespół takich przymiotów, jak dynamiczny charakter i znaczna obszerność skurczów, dających ruch zaokrąglony i ciągły — to rodzaj *optimum* warunków pracy mięśniowej, które powinno zapewnić wielką wydajność tej pracy przy małym znużeniu. Postulat zatem wprowadzenia do każdego wzorca ćwiczebnego pewnej ilości takich ćwiczeń wydaje się zupełnie usprawiedliwiony. Nie pójdziemy jednak tak dalece za D., aby z tych ruchów czynić alfę i omegę systemu: byłoby to ograniczeniem zadań gimnastyki do prostego treningu mięśniowego i zapominaniem o tak doniosłych jej celach jak wpływ na narządy wewnętrzne, uzyskanie prawidłowej postawy, przyswojenie form ruchu przydatnych w życiu późniejszym itp.

Pominiemy też dalsze punkty, zawierające tylko ogólniki, odnoszące się zarówno do wszystkich systemów. Wskażemy jedynie na ogromne ubóstwo metody, która temi cennymi, lecz dalekimi od wyczerpania całości wymagań elementami chce wypełnić cały program ćwiczeń cielesnych połowy rodu ludzkiego — niewiast. Młodzież męską, na szczęście, traktuje autor hojniej, dodając do wspomnianej, zbyt jednostronnej gimnastyki, przygotowanie do sportów (bieg, skok, rzut, wspinanie etc.).

Jak ze wstępu biograficznego można wnosić, należytemu użytkowaniu częściowo cennych pomysłów stanęła napoprzek ambicja stworzenia własnego systemu. Potomność jednak poprawki odpowiedniej dokona i należy przypuszczać, że zdrowe ziarno użytkuje mimo niewłaściwej osłonki, jaką je otoczył twórca pożądanego uzupełnienia zasobu ćwiczeń raczej, niż nowego systemu.

### G. Hébert,

młody oficer marynarki francuskiej, występuje ze znacznie większym jeszcze zasobem pewności siebie. Pełen energii i zdolności organizacyjnych, posiada nadto dar zjednywania sobie opinii i posługiwania się bronią wszechpotężną — reklamą. Te jedynie przymioty pozwalają nam zrozumieć zjawisko nadzwyczajnego powodzenia „systemu“, którego wartość wewnętrzna, powiedzmy odrazu, jest zawstydzająco nikła.

Hébert, wypóbowawszy swą metodę w *École des fusiliers marins* w Dinant (Bretonia), zaprodukował ją wśród hucznych surm reklamy dziennikarskiej na wspomnianym już Kongresie wychowania fizycznego w Paryżu 1913 r. Opinia francuska dała się przytem wzięć

na hasło metody „narodowej“, tak ponętne wśród nastroju patriotycznego w przeddzień wojny światowej. Goście zagraniczni wiedzieli, co o tem sądzić, lecz nie wypadało im wyrażać swych opinij zbyt surowo wobec miłych gospodarzy. Z tego sukcesu wobec dzienników i bezkrytycznego tłumu, można już było łatwo stworzyć złudzenie sukcesu na Kongresie (który w tej mierze żadnej uchwały nie powziął) i *méthode naturelle* Héberta znajduje rychło wstęp do armji, a częściowo do towarzystw i szkół. Dziś widzimy naszych sprzymierzeńców z misyj wojskowych francuskich, przemawiających gorliwie, choć bezskutecznie, za wprowadzeniem „hebertyzmu“ do naszej gimnastyki wojskowej. Działalności wydawniczej Hébert nie zaniedbuje; wydał już pokaźną bibliotekę, z której jednak wystarczy przeczytać dwa dziełka, aby poznać zasady, które się w innych książkach powtarzają z małemi odmianami<sup>7</sup>).

*Leçon - type* Héberta ma przebieg ściśle określony, na modłę wzorca szwedzkiego. Różni się jednak odeń zasadniczo doborem ćwiczeń, które są prawie wyłącznie „naturalne“, t. j. użytkowe (użytkarne). Pod tym względem nawraca zatem H. do wzoru gimnastyki starożytnej i pierwszej próby systemu nowoczesnego Guthsmuthsa. Nie brakło mu zresztą poprzedników i w nowszych czasach. W samejże Francji Coubertin<sup>8</sup>) kazał chłopcom powyżej lat 14, przygotowanym zapomocą gimnastyki szkolnej, zaprawiać się w „gimnastyce użytkarnej“, którą dzieli na ćwiczenia ratownicze, obronne i lokomocyjne. Hébert idzie dalej i odrzuca niemal zupełnie i dla wszystkich stopni wieku wszelkie ćwiczenia, pozbawione określonego celu użytkowego.

Jest to poprostu negacja nowoczesnej gimnastyki, z całym zasobem jej ćwiczeń sztucznych, czyli rozumowanych. O ile w ten sposób odpadną elementy nie obmyślane celowo, lecz powstałe drogą przypadkowych nieledwie kombinacyj, od jakich roi się system niemiecki, szkoda zaiste niewielka. Natomiast Hébert pozostał dotąd dłużnym dowodu, że liczny repertuar ćwiczeń szwedzkich, starannie obmyślanych i stopniowanych dla osiągnięcia określonych celów zdrowotno - estetycznych, można bez straty usunąć. Daremnie zatem będziemy poszukiwać wśród wątku ćwiczebnego hebertowskiego zabiegów, któreby metodycznie kształciły ciało, a zwłaszcza zmierzały do tak ważnych dla dziatwy miejskiej celów korektywnych (zmniejszenie krzywizn kręgosłupa, ustalenie barku ku tyłowi, rozszerzenie klatki piersiowej).

<sup>7</sup>) G. Hébert. *Ma leçon-type d'entraînement*. 2 wyd. Paryż (Vuibert) 1913). *Tenże*. *Muscle et beauté plastique*. Tamże 1920.

<sup>8</sup>) Pierre de Coubertin. *La gymnastique utilitaire*. 3. wyd. Paryż (Alcan) 1905.



Każda lekcja hebertowska składa się z ćwiczeń uporządkowanych jak następuje: chód, bieg, wspinanie, skoki, dźwiganie, rzuty, obrona. Jak widzimy, niewiele tu troski o dane fizjologiczne. Następstwo ćwiczeń po sobie zupełnie nieracjonalne: sąsiadują ze sobą same prawie ruchy o znacznym natężeniu, nie przegrodzone elementami lżejszemi. Lekcja kończy się największemi wysiłkami, jakie dają bezsprzecznie walka na pięści i zapasy. Co gorsza, podział ćwiczeń chroma też poważnie. Do „wspinań“ zaliczono ew. równoważne, fizjologicznie sprzeczne z niemi jak ogień i woda; do „dźwigań“, obok podnoszenia i noszenia ciężarów (worów, współćwiczących — praca zginaczy), wspieranie kulolasek (praca głównie mm. wyprostnych). Najgorszą jednak jest wybitna predylekcja H. do siłactwa. Że społeczeństwo nowoczesne potrzebuje nie siłaczy, lecz ludzi zdrowych, dzielnych i sprawnych, o tem między wychowawcami godnymi tej nazwy dziś niema dwóch zdań. Szkodliwe działanie ćwiczeń siłowych na serce i płuca spotkało się też z jednomyślnem potępieniem higienistów. Tymczasem metoda zwana „naturalną“, jedyny wyjątek od zasady wyłącznego stosowania ćwiczeń użytkowych, praktycznych czyni właśnie dla atletyki ciężkiej. Widzimy tu cały bagaż cyrkowych sposobów wspierania kulolasek, nie mający nic wspólnego z życiem praktycznem z powodu choćby sztucznego kształtu ciężaru. Dalej, wśród rzutów, też sporo sztuk żonglerskich zupełnie nie utylitarnych. Wreszcie wśród ćwiczeń obronnych znów siłackie zapasy, praktycznie bez wartości, dla celów utylitarnych zarzucone też powszechnie na rzecz japońskiego *dziu-dzicu*.

Toteż widok małych nawet chłopców okrętowych (*mousses*) ze szkoły Héberta, których oglądaliśmy w r. 1913, sprawdził w zupełności to, czego mogliśmy oczekiwać po tak jednostronnym doborze ćwiczeń. Są to typowi siłacze, z nadmiernie rozwiniętymi mięśniami kończyn górnych i budową bynajmniej nie harmonijną. Jeśli ten kierunek siłacki możnaby chcieć uważać za najmniej szkodliwy w szkole zawodowej marynarskiej, gdzie wspinanie po linach stanowi równie ważny środek lokomocji, jak u nie-marynarzy chód lub bieg, stosowanie jego dla ogółu jest co najmniej lekkomyślnością.

W krańcowe zaś zdumienie wprawia nas Hébert, gdy w latach ostatnich, przechodząc na pole gimnastyki żeńskiej, oświadcza kategorycznie, że rozwój mięśniowy płci obojej jest zupełnie identyczny, a zatem niema potrzeby czynienia żadnych różnic w doborze ćwiczeń cielesnych między młodzieżą męską a żeńską. Zaiste błoga to rzecz być nieukiem... Tak trudne i zawile zagadnienia przecina się z łatwością, gdy ludzie nauki trawią nad niemi długie lata, nie otrzymując w końcu tak prostych i jasnych odpowiedzi. Jeśli jednak twierdzenie takie zdziwiłoby nas jedynie swą śmiałością u zwolennika

jakiejś łagodniejszej metody ćwiczeń ciała, zdanie to w ustach H. musi nas napełnić obawą. Siłactwo, którego stosowanie u chłopców będzie lekkomyślnością, w odniesieniu do dziewcząt staje się obłędem, który długo trwać nie może i doprowadzi prędzej lub później do znacznych modyfikacyj lub — upadku rzekomej metody naturalnej.

Podobizny nagich ciał uczenic H é b e r t a, jakie widzimy w ostatniem jego dziełku, uwidoczniają też więcej wychudzenia, niż rozwoju muskularnego (do którego organizm kobiecy mało inklinuje), a zestawienie z wzorami, czerpanemi z rzeźby starogreckiej, bynajmniej nie świadczy na korzyść tej próby siłactwa kobiecego.

Mimo te surowe uwagi, które nasuwają się przy badaniu pomysłów H., można oczekiwać poich niezasłużenie szerokiem zastosowaniu we Francji, obok ujemnych, także pewnych następstw dodatnich. Oto najpierw zasada utylitaryzmu, idąca w swej bezwzględności niewątpliwe za daleko, przyczyni się może do zwalczania przesady w kierunku przeciwnym, panującej jednak u pewnej części nauczycieli. Że do najlepszych wzorów gimnastyki szkolnej dzisiejszej można z korzyścią wprowadzić więcej pierwiastka utylitarnego, wydaje się rzeczą niewątpliwą i „hebertyzm“, przeminąwszy, tę zmianę po sobie powinienby zostawić.

Druga zaleta, to nagość, którą bardzo gorliwie propaguje H é b e r t (za wzorami starogreckimi i wielu zresztą nowoczesnych nauczycieli różnych szkół i systemów). Kąpiel powietrzna i słoneczna, połączona z pracą mięśni, to zespół czynników, o którym część wychowawców zawsze jeszcze zapomina, zrażając się zbyt trudnościami technicznymi i konwenansowemi. I tu więc będzie przydatną może nowa pobudka, jaką w tej mierze da moda hebertyzmu.

### E. Jaques - Dalcroze,

wybitny reformator dydaktyki muzycznej, sam nie miał nigdy pretensji do wkraczania na obce sobie pole wychowania fizycznego. Najwymowniejszym dowodem tej słusznej skromności jest fakt, że w jego własnych zakładach (ostatnio w Hellerau pod Dreznem) rozkład zajęć obejmował, obok własnego pomysłu ruchów rytmicznych, gimnastykę właściwą wychowawczą. Nic więc nie mają wspólnego z rozumnymi i szlachetnymi tendencjami D a l c r o z e'a ci jego nazbyt entuzjastyczni a za małą wiedzę posiadający poplecznicy, co (częściej u nas, rzadziej znacznie na Zachodzie) chcą przedstawić jego dzieła jako *panaceum*, sięgające daleko poza właściwe granice i załatwiające sprawę ćwiczeń cielesnych — oczywiście dla dziewcząt, które coraz to kto inny uszczęśliwia amputowanym programem wychowania fi-

zycznego. Jeżeli Dalcroze przyczynił się pośrednio do tego bałamuctwa, to chyba nieszczęśliwie obraną nazwą „gimnastyki rytmicznej“<sup>9)</sup>, którą też teraz częściej i słuszniej zwa rytmiką i plastyką. Szerzące się nieporozumienia są u nas tem bardziej niebezpieczne, że zeszyły się z trwającym jeszcze niestety ciągle okresem wprowadzania ćwiczeń cielesnych do szkół żeńskich. One zarazem są przyczyną pomieszczenia tych uwag nie tam, gdzieby z natury rzeczy należały, t. j. przy rozważaniu ewolucji istniejących systemów.

Dalcroze zużytkował dla swej reformy nauczania muzycznego podstawowe znaczenie pamięci ruchowej u człowieka, zwłaszcza zaś u dziecka, wpajając poczucie rytmu zapomocą ruchów rytmicznych. Ze przytem posługuje się postaciami ruchu, jakie mu najlepiej służą do znaczenia taktu, a nie takimi, które najlepiej rozwijają ciało ucznia, jest rzeczą oczywistą. Iż zaś wprowadził w tok lekcji tyle myśli higienicznej, ile umiał, przeplatając ją ćwiczeniami oddechowymi i t. p., to mu tylko zaszczyt przynosi, lecz z całości nie czyni bynajmniej gimnastyki wychowawczej, nawet po włączeniu plastyki. Ta polega znów na ilustracji muzyki zapomocą ruchów, wyrażających różne uczucia. Mimo całą różnorodność motywów, jakie pomysłowość Dalcroze'a wprowadziła w grę, ze stanowiska postulatów wychowania fizycznego dają nam rytmika i plastyka daleko mniej, niż n. p. metoda Demeny'ego, którąśmy uznali powyżej za niedostateczną z powodu jej ubóstwa. O metodycznym ćwiczeniu grup mięśniowych, o działaniu korektywnem, o przygotowaniu do zadań praktycznych, niema tu mowy.

Są jednak powody poważne, dla których imię Emila Jaques-Dalcroze'a zasługuje na wyrycie złotemi głoskami w świątyni wychowania fizycznego. Po pierwsze, uruchomił on część sedenteryjnych dotąd metod nauczania muzycznego, oderwał tysiące dzieci od ślęczenia przy fortepianie, dając im ruch i radość zamiast bezwładu i nudy. Reforma to zatem analogiczna do zastąpienia lekcji przyrodniczej wycieczką lub choćby pracą laboratoryjną. A takie właśnie zmiany, to najważniejszy bodaj postęp w dziedzinie higieny nauczania. Po drugie, rytmika i plastyka nie pozostała i nie pozostanie bez wpływu na ćwiczenia, zwłaszcza kobiece. Uczy nas ona wprowadzać czynniki rytmu w sposób bogatszy, bardziej urozmaïcony, niż dotąd; przypomina o wyrażaniu uczuć zapomocą ruchu, co znaleźmy już od dawna, lecz może za mało stosowali. To też przyszłej wychowawczyni fizycznej nigdy nie zaszkodzi poznać dokładniej dzieło muzyka szwajcarskiego, aby wiedzieć, co i kiedy może z pożytkiem włączyć.

<sup>9)</sup> E. Jaques-Dalcroze. *Gymnastique rythmique*. Genewa. (Sandoz Jobinet Cie) 1906.

do zasobu ćwiczeń, w gimnastyce niewieściej częstokroć jeszcze zbyt ubogiej i mało urozmaiconej.

Tyle o ważniejszych działaczach, którzy albo sami, albo przez usta swych zwolenników wyrażają pretensje do usunięcia dotychczasowych systemów gimnastyki i zastąpienia ich nowemi. Poniżej rozważymy tendencje rozwojowe, ujawnione świeżo w łonie dawnych układów, sięgających początków ubiegłego stulecia. (C. d. n.)

St. Sedlaczek,

Nacz. Gl. Kwatery Związku Harcerstwa Polskiego (Warszawa).

## Harcerstwo polskie.

*(Wiadomości ogólne o dotychczasowej działalności i jej wynikach.)*

Sprawa harcerstwa jest dziś w sferach zajmujących się wychowaniem na tyle wyjaśniona, że nie uważam za potrzebne w tej chwili szerzej zastanawiać się nad celami, zadaniami i środkami harcerstwa, jako metody wychowawczej i organizacji. Przypomnę tylko pokrótce rzeczy najistotniejsze.

Metoda harcerska jest, według słów prof. Piaseckiego, synteza środków wychowania umysłowego i moralnego oraz ćwiczeń fizycznych pozaszkolnych. W praktycznem zastosowaniu będzie się w drużynach harcerskich uwzględniało przede wszystkim te działy wychowania i te środki, które w danej chwili są najbardziej zaniedbane. Racjonalnie prowadzona drużyna harcerska będzie zatem dawać młodzieży sposobność do ćwiczeń zmysłów, gimnastyki, gier, wycieczek, obozowania, krótko i długotrwałego, do uprawiania t. zw. sprawności, więc najpierw rzemiosł, dalej strzelania, sygnalizacji, kucharstwa, służby ambulansowej i ratowniczej, pożarnictwa. Wszystko to będzie się działo na tle systemu patrolowego, czyli zastępowego, polegającego na tworzeniu zastępów małych, (6—10 członków) stałych grup młodzieży, pod kierunkiem bezpośrednim rówieśnika lub niewiele starszego zastępowego, oraz ogólnym drużynowego, którym winna być osoba przynajmniej 21 letnia, mająca kwalifikacje wychowawcze. System zastępowy może doskonale przyczynić się do skoordynowania czynników wychowawczych, ujmując w ścisłe ramy to, co zwyczajnie w szkole i w życiu jest dla wychowawcy mniej lub więcej nieuchwytnie: wpływ otoczenia, a przede wszystkim kolegów.

Z wyżej podanej definicji metody harcerskiej widać, że jest jej właściwością łatwość naginania się do potrzeb i warunków; stąd duża różnorodność typów pracy i drużyn. Mam tu na myśli jedynie celowo i planowo prowadzone drużyny, a nie typy skrajne, powstające wskutek nieumiejętnego kierowania wychowaniem młodzieży,

jak n. p. typ drużyn kaprałskich, uprawiających jedynie musztrę i prawie nic więcej. Otóż duża różnorodność typów drużyn może powierzchownemu obserwatorowi nasunąć wątpliwości, czy niektóre z tych typów, przedewszystkiem skrajne, można zaliczyć do zakresu pracy harcerskiej. Naprzykład drużyny na Rusi lub na obczyźnie, w Rosji, na Syberji, w Mandżurji będą rozpoczynać od budzenia poczucia łączności narodowej, a w całym programie ich pracy będzie poczesne zajmować miejsce mniej lub więcej systematyczna nauka przedmiotów polonistycznych. Będzie to jednak praca harcerska, a nie n. p. samokształceniowa wskutek tego, że zwiążemy ją od początku z wychowaniem fizycznym, z wycieczkami, pogadankami, pracą nad sobą (realizowanie prawa harcerskiego) itd., a także dlatego, że odbywać się będzie przy zastosowaniu systemu zastępowego i całej metody Baden-Powella, której w tej chwili bliżej charakteryzować nie będziemy, odsyłając interesujących się tą sprawą do literatury harcerskiej, przedewszystkiem do klasycznego dzieła „Scouting for Boys“.

Przy ocenie wyników pracy harcerskiej trzeba pamiętać, iż Harcerstwo oddało najlepszych swych wychowanków na czynną służbę Rzeczypospolitej w szeregach wojskowych, często wskutek tego nawet okręgami kierują ludzie młodszy, niedoświadczeni. Stąd płynie szereg sądów niepoehlebnych o metodzie i organizacji, chociaż zasługują na nie istotnie jednostki. Przejdźmy pokrótce działy pracy organizacji harcerskiej, aby się przekonać co w dziesięcioletnim okresie swego istnienia harcerstwo zrobiło.

Zacniemy od kursów: gdy chodzi o wprowadzenie nowej metody wychowawczej, kwestja ludzi odpowiednio przygotowanych wysuwa się na plan pierwszy. Rozumiał to dobrze Związek Sokoli małopolski, gdy obejmował pod swe skrzydła nowy ruch młodzieży — choć nie zdawał sobie jeszcze sprawy z roli jaką harcerstwo odegra. Mianowicie w kwietniu 1911 r. grono związkowe uchwaliło urządzać co roku 6 lub 8 tygodniowe wakacyjne kursy, obejmujące całokształt wychowania fizycznego „oraz zaznajamiające z najnowszymi sposobami organizacji młodzieży (np. obecnie s c o u t).“

Kursy takie urządzało sokolstwo z inicjatywy D-ra Kazimierza Wyrzykowskiego już od r. 1910 w Skolem. Poraz pierwszy\*) znajdujemy w ich programie harcerstwo 1911 r., jako „wykład systematyki lub teorii s c o u t i n g u“. W roku 1912 widzimy już w Skolem obok kursu wychowania fizycznego, kolonję skautową, w której bierze udział 13 kierowników zastępów skautowych, 5 gości i 11 skautów.

\*) Piewszym harcerskim wogóle był kurs prowadzony przez Andrzeja Małkowskiego w Brzuchowicach pod Lwowem wiosną 1911 roku.

Oddział ten brał udział w ćwiczeniach gimnastycznych, a osobno przeprowadzano z nim „teoretyczne i praktyczne ćwiczenia skautowe“. Kurs trwał trzy tygodnie. Te początki rozwinęły się w r. 1913 w trzytygodniowy pełny wakacyjny kurs instruktorski, zadaniem którego było „zaznajomienie obecnych i przyszłych instruktorów z całokształtem ćwiczeń i organizacją skautingu, nadewszystko wytworzenie wzoru życia skautowego“. Kurs zgromadził w Skolem 98 uczestników. Kierownictwo ogólne sprawował Dr. Kazimierz Wyrzykowski, komendantem był Franciszek Kapalka. W tym samym roku odbył się pierwszy kurs instruktorski żeński w Berezowie Niżnym, który trwał od 16 lipca do 6 sierpnia, prowadzony był przez drową Opieńską i Jadwigę Falkowską. Liczył 23 uczestniczek. Bliższe szczegóły znaleźć można w „Przewodniku Gimnastycznym“ za rok 1913, na str. 65. Kurs 1914 roku był jeszcze szerzej zakrojony, miał trwać sześć tygodni, i obok innych zadań miał zjednoczyć pracę skautową w Polsce. Rzeczywiście udało się na nim zebrać gromadkę instruktorów także z tych ziem, na których praca była prowadzona konspiracyjnie. Niestety, wybuch wojny przerwał kurs w pełnym biegu, po dwóch tygodniach pracy. Ale i te dwa tygodnie dały dużo — zespoliły mocno z harcerstwem i z sobą nawzajem grupę ludzi, z których cały szereg dziś wybitne zajmuje miejsce w ruchu harcerskim. Kurs liczył około 100 uczestników, komendantem był Jerzy Grodyński, kierował ogólnie dr. K. Wyrzykowski. Równocześnie odbywał się kurs dla zastępowych (komendant — Jerzy Lewakowski) i instruktorski kurs żeński. Kursy męskie Skolskie mieściły się w namiotach rozbijanych na polanie leśnej, żyły pełnem życiem obozowem. Kursy żeńskie podobnie zorganizowane co do służby wewnętrznej, miały pomieszczenie w budynkach szkolnych.

W czasie wielkiej wojny, Małopolska znalazła się w warunkach uniemożliwiających urządzenie większych kursów, o kursach ogólnie polskich nawet marzyć nie można było. Odbywały się natomiast kursy dzielnicowe. I tak pod Kijowem na Syrcu mieliśmy w roku 1916 dwutygodniowy kurs instruktorski pod firmą przygotowywania kierowników kolonij letnich „Komitetu Tatjanowskiego“, prowadzony przez prof. E. Piaseckiego przy ścisłem współpracownictwie Zofji Smolikówny-Grabskiej, Stanisława Sedlaczka i Bolesława Biegi (40 uczestników płci obojga w osobnych willach). Również pod Kijowem w osadzie Rzuć-Smutek odbyły się kursy 1917, i 1918 r., każdy mniej więcej po 100 uczestników, kierowane przez Stanisława Sedlaczka. Te kursy miały bardzo doniosłe znaczenie dla rozwoju harcerstwa na Kresach i emigracji, a uczestnicy ich sięgnęli swemi wpływami aż po Władywostok. W latach 1918 i 1919 wszechpolskie kursy harcerskie urządzone były z subwencji Ministerjum

W. R. i O. P. W roku 1918 kurs męski w Staszowie zgromadził około 130, żeński około 100 uczestniczek. Pierwszym kierował dr. Tadeusz Strumillo, drugim Marja Wocalewska. Na rok 1919 gościny harcerstwu użyczyła Ordynacja Zamojska ziemi Lubelskiej. Skupiło się około 120 harcerzy, pod wodzą dra Strumiły i St. Sedlaczka, oraz 100 harcerek, których pracą kierowały Marja Wocalewska i Marja Uklejska. Niezależnie od tych kursów urządzanych dla całej Polski lub dla wielkich części organizacji harcerskiej, odbywają się corocznie w czasie wakacyj różne kursy okręgowe lub dzielnicowe, np. okręgu krakowskiego (pod kierunkiem prof. ppułk. Br. Piątkiewicza), wielkopolskie (pierwszy 1919 w Ludwikowie). Prócz tego mamy corocznie po kilkadziesiąt kursów mniejszych, kilkudniowych lub dłuższych, przygotowujących kierowników drużyn lub zastępowych.

Przedstawienie bliższe programu i charakteru kursów przekracza ramy artykułu, mającego przedstawić dorobek harcerstwa — przechodzimy zatem do drugiej dziedziny, pokrewnej, którą stanowią kolonje letnie. Instytucja kolonji letnich jest starsza od harcerstwa, ale dopiero harcerstwo umożliwia wyzyskanie należyte wszystkiego co daje życie na kolonji. Z drugiej strony dopiero w obozie czy kolonji letniej można żyć po harcersku w całej pełni — nic więc dziwnego, że kolonje harcerskie rozwinęły się ogromnie i dziś stanowią już bardzo poważny czynnik w odrodzeniu fizycznym młodzieży miejskiej. Niestety ten fakt, że harcerstwo dopiero powoli z ruchu przekształca się w jednolitą organizację — uniemożliwia podanie dat statystycznych, dotyczących całej Polski lub nawet choćby części jej. W każdym razie od r. 1911 poczynając ilość kolonij corocznie wzrasta, jesteśmy świadkami szerokiej akcji w tym kierunku zainicjowanej przez ks. Kazimierza Lutosławskiego w r. 1915 w b. Kongresówce, w r. 1916 na wygnaniu, corocznie kilkadziesiąt obozów skautowych rozbija swe namioty na polanie leśnej lub z konieczności poprzestaje na innych pomieszczeniach (leśniczówkach, zabudowaniach gospodarskich). Sam jeden okręg warszawski (największy zresztą) miał, w r. 1919, 26 kolonij męskich i kilkanaście żeńskich.

Ustały się już pewne typy kolonij: 1) obozy wypoczynkowe, na których po za ćwiczeniami harcerskimi nie prowadzi się innej pracy (prócz naprzykład przygotowywania się do egzaminów poprawczych w szkole), 2) obozy robocze — zarobkujące pracą na roli, w ogrodach itp. w części lub całości na własne utrzymanie, 3) obozy wędrownie, — zmieniające miejsce pobytu. Tych ostatnich nie należy identyfikować ze zwykłymi wycieczkami, których również wielką ilość harcerstwo organizuje.

Z powodu wycieńczenia młodzieży obozy robocze obecnie mało są rozpowszechnione, obozy wędrowne nie mają również czystego charakteru (życie przeważnie w namiotach i przemarsze pieszo), lecz zastępowane są przez wycieczki z noclegami pod dachem, a zatem z większem uzależnieniem się od warunków komunikacyjnych i od zaludnienia przebywanych okolic.

Zarówno kursy, jak kolonje dają sposobność do zapoznania się ich uczestników z zasadami racjonalnej gimnastyki, systematyką gier i zabaw ruchowych i skautowych, w pewnej mierze z lekką atletyką i sportami — mają zatem duże znaczenie dla wychowania fizycznego. Jeśli chodzi jednak o całkowite opanowanie przez uczestników kursów systemu racjonalnej gimnastyki w stopniu umożliwiającym jej prowadzenie — rezultaty dotychczasowe nie mogły być wielkie. Dopiero po dwukrotnym pobycie instruktora na kursie można się spodziewać, iż potrafi on samodzielnie prowadzić lekcje gimnastyczne. Tymczasem wojna uniemożliwiła spełnienie tego warunku. Mimo to można przyznać śmiało, że harcerstwo położyło już znaczne zasługi dla sprawy zrozumienia potrzeby ćwiczeń fizycznych, gimnastyki szwedzkiej w szczególności. Objawy tego zrozumienia tu i ówdzie bywają może naiwne, może ten i ów drużynowy zabiera się do prowadzenia gimnastyki, nie mając po temu należytych kwalifikacyj, ale w każdym razie jest zainteresowanie, które odpowiednio pokierowane może dać podstawę wyszkolenia dużego zastępu kierowników wychowania fizycznego. Najlepiej sprawa gier i gimnastyki stała i stoi w Małopolsce, dość dobrze stała na kresach i w Rosji bardzo słabo, jak dotychczas, w reszcie harcerstwa.

W dziedzinie pracy ręcznej i wogóle sprawności stoimy bardzo w tyle za Anglikami. Na 30 000 młodzieży mamy najwyżej 3000 oznak sprawności. Główną przyczynę upatruję w małej propagandzie, braku podręczników, nieustaleniu programów — co wszystko obecnie Naczelnictwo Harcerskie ma zamiar naprawić. Ostatni rok przyniósł jednak pod tym względem widoczny postęp. Szczególnie w miesiącach ostatnich mnożą się wiadomości o powstawaniu warsztatów i odbywaniu się kursów rzemiosł i sprawności innego rodzaju (sygnalizacja, samarytanka, terenoznawstwo).

Jeżeli chodziło o odpowiedź na zapytanie, czy widocznym jest wpływ harcerstwa na ogólny bieg spraw narodowych — to na to śmiało pytanie można odpowiedzieć: jeśli chodzi o dziedzinę obrony narodowej, o armję to bezwarunkowo tak. Świadczą o tem nietylko słowa Naczelnika Piłsudskiego, generała Hallera i wielu innych wojskowych, nie tylko udział harcerzy w obronie Lwowa, w rozbrajaniu okupantów, ale takie fakty, jak duża ilość referentów oświatowych w wojsku — harcerzy, jak



obsadzanie harcerzami szczególnie odpowiedzialnych placówek n. p. w służbie wywiadowczej. O służbie cywilnej nie można tego samego powiedzieć, ponieważ nieliczne jednostki, które nie są w wojsku, pełnią wewnętrzną służbę w Związku Harcerstwa Polskiego i na tok spraw narodowych tylko przez wychowanie przyszłych obywateli wpływają.

Na zakończenie kilka informacji: Związek Harcerstwa Polskiego liczy obecnie przeszło 750 drużyn, skupiających 30 000 młodzieży męskiej i żeńskiej. Statut Z. H. P. jest w stadium legalizacji: mianowicie na podstawie porozumienia czterech dotychczasowych organizacji dzielnicowych za zgodą Ministerstwa Oświaty utworzono jeden Związek Harcerstwa Polskiego dla całej Polski z siedzibą władz naczelnych w Warszawie. Trzeba nadmienić, że od maja 1918 r. harcerstwo b. Kongresówki podlegało bezpośrednio kierownictwu Min. Oświaty. Obecnie i ta dzielnica przystępuje do Z. H. P., jako społecznej organizacji, natomiast Ministerstwo rozciągnie nadzór i opiekę na całość harcerstwa, utrzymując w dalszym ciągu inspektorat harcerski Min. W. R. i O. P., ale już w charakterze organu nadzorującego, a nie kierowniczego. Jako organ władz Naczelnych Związku wychodzi w Warszawie miesięcznik „Harc mistrz”. Przewodniczącym Z. H. P. jest w chwili obecnej dr. Tadeusz Strumillo, w najbliższym czasie przewiduje się objęcie przewodnictwa przez Generała Józefa Hallera. Adres centralnych władz harcerskich: Warszawa, Aleje Ujazdowskie 37, m. 12.

Dr. Stan. Kopczyński

Naczelnik Wydziału higieny szkolnej w Ministerstwie Oświecenia Publicznego.

## Nadzór lekarski nad szkołami i ruch higieniczno=szkolny w Polsce.

(Dokończenie).

W b. Kongresówce w kilka tygodni po wyjściu okupantów Rosjan z Warszawy, a mianowicie w październiku r. 1915 powstaje Sekcja Higieny Szkolnej przy Wydziale Oświecenia Komitetu Obywatelskiego, następnie przy Wydziale Szkolnym Magistratu m. st. Warszawy. Zaproszono dwudziestu lekarzy szkolnych, którym następnie w r. 1917 przydzielono do pomocy higienistów szkolnych, opracowano dla nich szczegółowy regulamin i powierzono im opiekę lekarską nad dziatwą szkół miejskich w st. m. Warszawie. Lekarzem naczelnym został Dr. Jan Szmurło.

W r. 1917 dr. Stefan Rottermund, pomocnik lekarza naczelnego szkół miejskich w m. stoł. Warszawie, wystąpił z opracowanym przez

siebie „Projektem wprowadzenia powszechnego lekarskiego dozoru szkolnego w Królestwie Polskiem“ Warszawa 1917.

Autor projektu proponuje utworzenie specjalnych urzędów do spraw medycyny i higieny szkolnej, jako organów państwowych samodzielných przy Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego; proponuje urzędy centralne, wojewódzkie i powiatowe, jako kontrolujące działalność organów podwładnych i lekarzy szkolnych, czynnych. Trudności finansowe, brak sił lekarskich, przewaga szkolnictwa średniego prywatnego nad państwowem — wprowadzenie w czyn tych zamierzeń na tak szeroką skalę na razie utrudniły.

W tymże roku Polskie Towarzystwo Medycyny Społecznej wystąpiło do Tymczasowej Rady Stanu z projektem zorganizowania dozoru lekarskiego nad szkołami.

1. sierpnia r. 1917 dr. W. Chodźko, dyrektor służby zdrowia publicznego Departamentu Spraw Wewnętrznych, późniejszy Minister Zdrowia Publicznego, tworzy referat higieny szkolnej, powołując na to stanowisko dr. Kopczyńskiego.

Jedną z pierwszych czynności referatu było opracowanie instrukcji dla lekarzy powiatowych z zakresu ich dozoru higienicznego nad szkołami i opracowanie ankiety w kwestji tego „Co samorzady dla spraw higieny szkolnej zrobiły, a co zrobić powinny“ (Wydawnictwo związku miast Królestwa Polskiego Warszawa 1918.).

W styczniu r. 1918 Ministerstwo Zdrowia Publicznego w porozumieniu z Ministerstwem Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego zaprowadza w szkołach książki sanitarne szkolne. Książki te — swojego rodzaju hipoteki sanitarne szkół, mają dawać obraz sanitarny lokalu szkolnego, przedstawiać stan zdrowia uczniów i wynik działalności lekarza szkolnego. Wprowadzenie książek sanitarnych do szkół przyczyniło się do powszechnego wprowadzenia lekarzy do szkół, przynajmniej średnich. „Rocznik Szkolnictwa Polskiego“ za r. 1918/19 wymienia 296 lekarzy szkolnych w szkołach i seminarjach b. Kongresówki.

15 stycznia r. 1918 powstaje referat higieny szkolnej w Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego. Na referenta Minister Ponikowski powołuje dr. Wł. Osmólskiego.

19 lutego 1918 r. Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego zatwierdza opracowane przez Ministerstwo Zdrowia Publicznego przepisy zapobiegawcze przeciw szerzeniu się chorób zakaźnych przez szkoły i zakłady wychowawcze, których § 1 głosi, że każda szkoła, każdy zakład wychowawczy znajduje się pod stałą opieką lekarską.

9 marca r. 1918 organizują się centralne władze higieniczno-szkolne, jako komisja międzyministerjalna do spraw higieny szkolnej,

złożona z przedstawicieli Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego i Ministerstwa Zdrowia Publicznego. Dla uniknięcia sporów kompetencyjnych obu zainteresowanych ministerstw zakres ingerencji podzielono w sposób następujący:

A. Wydział higieny szkolnej przy Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia objął działy następujące<sup>1)</sup>:

1. higienę nauczania:

- a) ocena programów szkolnych ze stanowiska higienicznego,
- b) sprawa rozkładu lekcji, zajęć domowych, sprawa stopni kar, feryj itp.

2. Pedagogję leczniczą:

- a) szkoły dla dzieci małodolnych (niedorozwiniętych),
- b) „ „ „ z wadami charakteru,
- c) „ „ „ głuchoniemych i ociemniałych,
- d) „ „ „ ze zboczeniami mowy,
- e) „ „ „ słabowitych (szkoły w lesie itp.).

3. Wychowanie fizyczne i kształcenie cielesne:

- a) kształcenie personelu nauczycielskiego dla celów wychowania fizycznego młodzieży,
- b) programy edukacji fizycznej,
- c) organizacja kolonij i półkolonij,
- d) bursy, świetlice itp.

4. Nauczanie higieny i propaganda higieny przez szkoły:

- a) programy wykładów higieny dla różnych stopni szkół,
- b) pogadanki, druki, odezwy itp.

5. Urządzenie i kierownictwo muzeum higieny szkolnej przy Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego.

6. Wizytacje higieniczno-szkolne.

7. Kierownictwo działalnością higieniczno - wychowawczą lekarzy szkolnych.

B. Wydział higieny szkolnej przy Ministerstwie Zdrowia Publicznego miał objąć:

- 1. Dozór szczegółowy sanitarny nad stanem budynków i lokali szkolnych.
- 2. Walkę z chorobami zakaźnymi w szkole.
- 3. Dozór ogólny nad czynnością lekarzy powiatowych z zakresu ich działalności higieniczno-szkolnej.
- 4. Dozór pośredni nad czynnością lekarzy szkolnych za pośrednictwem lekarzy powiatowych.
- 5. Pomoc leczniczą i ambulatoryjną dla diatwy szkolnej.

<sup>1)</sup> Patrz Biuletyn Dyrekcji Służby Zdrowia Publicznego 1918 Nr. 2.

6. Organizację żywienia dzieci, kąpeli i natrysków.

7. Współdziałanie w sprawach pedagogji leczniczej.

Dla uzgodnienia działalności obu centralnych instytucyj higieny szkolnej powstała przy Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego Komisja Międzyministerjalna dla spraw higieny szkolnej, w skład której weszli przedstawiciele obu ministerstw.

29 lipca 1918 Minister Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego Ponikowski zatwierdził instrukcję dla lekarzy szkolnych, opracowaną przez Komisję Międzyministerjalną do spraw higieny szkolnej.

1 stycznia r. 1919 Referat Higieny Szkolnej Ministerstwa Zdrowia Publicznego zamienia się na Wydział Higieny Szkolnej. Wskutek powołania referenta higieniczno-szkolnego z Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego do służby wojskowej, praca organizacyjna higieniczno-szkolna w Zjednoczonej Polsce spoczęła na barkach wydziału Higieniczno-Szkolnego Ministerstwa Zdrowia Publicznego.

Do 1 stycznia 1920 r. zorganizowano w b. Kongresówce opiekę lekarską i pomoc dentystyczną w 57 szkołach państwowych średnich i w 18 seminarjach państwowych nauczycielskich. Czuwano, by każda szkoła średnia prywatna posiadała swego lekarza szkolnego i otrzymano taki wynik, iż z 357 szkół średnich prywatnych w roku szkolnym 1919/20 zaledwie kilkanaście było pozbawionych opieki lekarskiej głównie z powodu braku sił fachowych w związku z zapotrzebowaniem ich do służby wojskowej.

Dzięki przypomnieniom idącym z Wydziału Higieny szkolnej Ministerstwa Zdrowia Publicznego i dzięki interwencji bardziej czynnych lekarzy powiatowych zorganizowały specjalną opiekę lekarską nad szkołami nie tylko większe miasta w b. Kongresówce, jak Łódź, Siedlce, Płock, Częstochowa, Radom, lecz nawet mniejsze, jak Sieradz, Zduńska Wola, Warta, Stryków, Głownia, Tuszyn, Złoczew, Będzin, Czeladź, Zawiercie, Sosnowiec i inne.

Wskutek interwencji Ministerstwa Zdrowia i poparcia sprawy przez prof. St. Ciechanowskiego, dr. Kociubę i radcę Bruchnalskiego Rada Szkolna Krajowa w dniu 26 lipca 1919 r. uchwaliła zorganizowanie dozoru higieniczno-lekarskiego narazie w części szkół Małopolski i na rok 1920 otrzymała od Skarbu na ten cel 550 000 koron. Organizacja tej sprawy w Małopolsce jest w toku.

Do 1 stycznia 1920 lekarze powiatowi w b. Kongresówce zwizytowali około 3000 szkół wiejskich; wizytacje te niewątpliwie przyczyniły się do podniesienia stanu zdrowotnego szkół i dziatwy szkolnej.

Oprócz tego Wydział Higieny Szkolnej Ministerstwa Zdrowia Publicznego zainicjował i wydał szereg wydawnictw i druków z dzie-

dziny higieny szkolnej, t. j. np. 2500 egz. „Wskazówek do badań higieniczno-szkolnych“, 1500 egz. „Metod badań psychologicznych w szkole“, 3000 egz. „Charakterystyki ucznia“, 2000 egz. „Rola lekarza powiatowego w dozorze higieniczno-lekarskim nad szkołami“ 26 000 tablic z przepisami zapobiegawczymi przeciw szerzeniu się chorób zakaźnych przez szkoły i zakłady wychowawcze, 15 000 egz. „Rad dla matek jak strzedz dzieci od chorób nerwowych“, 5000 egz. odezwy „O szkodliwości palenia tytoniu“ i inne.

Broszury te i druki zostały rozesłane do szkół i do lekarzy powiatowych. W miarę zlewania się w r. 1919/20 z Macierzą ziem dawnej Polski zakres działalności higieniczno-szkolnej władz centralnych rozszerzał się i na te dzielnice, a więc na Małopolskę, Poznańskie i inne.

Od kwietnia 1920 r. Wydział Higieny Szkolnej Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego rozszerza się i tam głównie koncentruje się kierownictwo nad czynnością lekarzy szkolnych w Polsce. Jednocześnie Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego w marcu 1920 r. organizuje drugi państwowy kurs dla nauczycieli gimnastyki i wychowawców fizycznych, a w porozumieniu z Ministerstwem Zdrowia organizuje państwowe kursa w celu kształcenia nauczycieli dla dzieci anormalnych. W instytucie państwowym pedagogicznym na semestrze wiosennym wykładana jest dla nauczycieli i kandydatów do stanu nauczycielskiego higiena szkolna (docent dr. Jaroszyński). Na uniwersytecie krakowskim wykłady higieny szkolnej dla przyszłych nauczycieli prowadzi dr. Bier. Poznań stworzył w r. 1919 specjalną katedrę higieny szkolnej i wychowania fizycznego, poruczając ją prof. Piaseckiemu, dotychczasowemu od r. 1909 docentowi higieny szkolnej na uniwersytecie lwowskim.

W układaniu programów szkolnych, w organizacji szkolnictwa w Polsce, głos higienistów szkolnych, aczkolwiek nie w należnym stopniu, jednak jest brany pod uwagę. Wielka wojna europejska uczyniła bardzo aktualną sprawę opieki społecznej na terenie szkoły, zwłaszcza sprawę dożywiania uczniów, sprawę burs, internatów itp. Wydział Higieny Szkolnej Ministerstwa Zdrowia Publicznego, jako części Departamentu Opieki nad dziećmi i młodzieżą, czuwał nad temi sprawami, współdziałając z Państwowym Komitetem Pomocy Dzieciom. Dość wspomnieć, że dzięki pomocy amerykańskiej w r. 1920 na ziemiach polskich dziennie 1.300.000 pożywnych porcyj otrzymywała dziatwa w wieku przedszkolnym i szkolnym.

Centralne władze państwowe Gł. Departamentu Opieki nad Dziećmi i Młodzieżą Ministerstwa Zdrowia Publicznego zorganizowały (1910—1920) też dozór higieniczno-lekarski nie tylko nad szkołami, lecz i nad innymi zakładami wychowawczymi, zarówno otwartymi,

jak i półotwartymi i zamkniętymi. Brak sił lekarskich, względy finansowe nie wszędzie pozwoliły na zorganizowanie dozoru w tym stopniu w jakim to zamierzano uczynić.

Zaznaczyć też należy, iż rośnie szybko literatura higieniczno-szkolna we wszystkich działach. Od roku 1880 do 1905 piśmiennictwo polskie z dziedziny higieny szkolnej, zebranej w tłumaczonym podręczniku Jankego<sup>1)</sup> liczyło 400 prac i artykułów. Od tego czasu liczba ich znacznie się zwiększyła. Pisma pedagogiczne: „Przegląd Pedagogiczny“, „Muzeum“, „Głos nauczycielski“, przeznaczyły specjalne działy, poświęcone tym sprawom. Wreszcie w r. 1920, jako dalszy ciąg wychodzącego przed wojną pod redakcją Wł. Kozłowskiego „Ruchu“, powstaje miesięcznik p. t. „Wychowanie fizyczne“, poświęcony higienie szkolnej i wychowawczej, redagowany przez prof. dr. Piaseckiego.

Powstanie specjalnego czasopisma, poświęconego sprawom higieny szkolnej i wychowania fizycznego, świadczy, iż odczucie i zrozumienie doniosłości tej sprawy w Polsce należycie wzrosło, że w Wolnej, Niepodległej Zjednoczonej Polsce higiena szkolna w szeregu innych umiejętności zarówno teoretycznych, jak i praktycznych odpowiednie i godne stanowisko zajmie.

---

Dr. Tadeusz Jaroszyński, Warszawa.

## Z psychologii sportu i ćwiczeń fizycznych.

(Ciąg dalszy.)

### II. Wpływ gimnastyki i sportu na charakter.

Ażeby należycie omówić sprawę znaczenia kultury cielesnej dla rozwoju duchowego, musimy przedewszystkiem określić samo pojęcie sportu, które często u nas bywa nieprawidłowo rozumiane. Tak np. w wielu poczytnych czasopismach do sportu zalicza się wyścigi konne, szachy, zbieranie marek pocztowych (filatelistykę), rozwiązywanie szarad itp. Nawet niektórzy specjaliści w dziedzinie wychowania fizycznego niewłaściwie się zapatrywali na tę sprawę. Mam tu na myśli np. artykuł R. Kordysa w „Ruchu“ w roku 1911 p. t. „Sport i kultura“, w którym autor uważa sport za zajęcie szkodliwe pod wieloma względami, gdyż rozwija ono „egoizm i dążenie do odznaczania się“ i przez nadmierny kult współzawodnictwa „wychodzi na szkodę instynktom społecznym osobnika“. Jakkolwiek artykuł wywołał u nas na łamach „Ruchu“ ożywioną polemikę, i te zarzuty, stawiane sportowi, zostały po szczegółowej dyskusji odrzucone, to jednak po-

---

<sup>2)</sup> O. Janke. Zasady higieny szkolnej. Warszawa 1906.

lemika ta o tyle nie doprowadziła do należytego wyniku, że prawidłowego określenia sportu właściwie wówczas nie podano.

Otóż przedewszystkiem sport można określić w ten sposób, że musi być on związany z ruchem fizycznym na świeżem powietrzu, dokonywanym dla rozrywki i zarazem dla osiągnięcia sprawności cielesnej w określonej dziedzinie. Sportem więc jest pływanie, ślizgawka, narciarstwo, turystyka, ale nie jest nim gra w karty, gra w szachy, zbieranie owadów lub marek, ani żadna inna rozrywka umysłowa. Polowanie nie będzie sportem dla zawodowego myśliwego, który traktuje to zajęcie jako zarobek, natomiast będzie sportem dla każdego z nas, gdy uprawiamy je dla rozrywki. Podobnie ogrodnictwo nie jest sportem dla ogrodnika, natomiast zajęcie w ogrodzie stanie się sportem dla tego, który oddaje się temu zajęciu w chwilach wolnych dla przyjemności i zdrowia fizycznego. Taniec nie jest sportem, gdyż nie odbywa się na świeżem powietrzu, i co najważniejsza nie ma na celu metodycznego ćwiczenia sprawności fizycznej. Nie są również sportem wyścigi konne, gdyż przeznaczeniem ich jest popieranie hodowli koni wyścigowych, nie mówiąc już o tem, że zawierają one pierwiastek hazardu, — natomiast sportem jest jazda konna, która jest rozrywką, rozwijającą zręczność, estetykę ruchów i opanowanie równowagi.

Jednakże określenie, podane powyżej, nie wyczerpuje całości kształtu cech, zawartych w pojęciu sportu. Przedewszystkiem, o ile nieodłączną cechą jest ćwiczenie ciała, połączone z rozrywką, o tyle nie koniecznie sport jest związany ze współzawodnictwem, gdyż niezawsze jest on zbiorowym (np. pływanie, turystyka, ślizgawka). Więc pojęcie rekordu w sporcie, połączonego z turniejami, wyścigami, bynajmniej nie jest nieodłącznem.

Zresztą, o ile istotnie urządzenie turniejów z rozdawaniem dyplomów honorowych, medali srebrnych i złotych oraz tolerowanie forsowych wyścigów w celu odznaczenia się i zadowolenia miłości własnej — można potępić z wielu punktów widzenia, to jednak szlachetne współzawodnictwo jest niezbędnym czynnikiem postępu w każdej dziedzinie i takim jest właśnie w sporcie. Narody najbardziej silne i żywotne nie zaniedbały współzawodnictwa w dziedzinie przodowania nietylko pod względem zalet umysłu i charakteru, ale i zalet ciała. Widzieliśmy to w Grecji (igrzyska Olimpijskie), w Rzymie, dziś widzimy w Anglii. Studenci dwóch najpierwszych uniwersytetów angielskich Oxford i Cambridge urządzą co rok turnieje sportowe i w metodycznych przygotowaniach do nich drogą studjów nad odżywianiem, trenowaniem, hartowaniem, zaangażowane są nawet katedry uniwersyteckie (możolne obliczanie jednostek cieplnych podczas zawodów, bilansu przemiany materji ustroju ludzkiego etc.).

Sport w tych warunkach jest dążeniem do ideału sprawności organizmu człowieka w danych warunkach i dążenie to uważać za czynnik nader pożyteczny.

I oto dochodzimy do najbardziej istotnej cechy, właściwej każdemu należycie uprawianemu sportowi, a mianowicie cechą tą jest dążność do doskonalenia się, w określonej dziedzinie. Przytem to dążenie do osiągnięcia jaknajlepszego wyniku może być wykonane nie koniecznie w sposób zbiorowy, chodzi tu bowiem przede wszystkim o doskonalenie samego siebie, o zwalczanie w sobie wewnętrznej inercji lub oporu. Np. jednym ze sportów, najbardziej zasługujących na wyróżnienie pod tym względem jest lotnictwo, które w wysokim stopniu wyrabia w osobniku odwagę, przytomność umysłu i kompletne opanowanie siebie.

Widzimy zatem, że sport stanowi nietylko szlachetną rozrywkę, odciągającą młodzież od zabaw niehigienicznych w dusznych pomieszczeniach, lecz sprzyja on nadto kulturze cielesnej i rozwojowi nader ważnych stron naszego charakteru. O ile gimnastyka ma na celu głównie metodyczny i wszechstronny rozwój czynności ustrojowych przez systematycznie ujęte z reguły ćwiczenia, o tyle sport obejmuje zwykle jedną dziedzinę czynności fizycznych, lecz zabarwia je pierwiastkiem uduchowienia i rozwija do pewnego maximum przez dążność do doskonalenia się.

Sprawa wpływu sportu i gimnastyki na psychikę i charakter omówiona została przez znakomitego znawcę u nas tej dziedziny, prof. dr. E. Piaseckiego, w artykule „O wpływie ćwiczeń fizycznych na rozwój psychiczny“. Sam również przed kilku laty poruszyłem tę sprawę w „Ruchu“, — dlatego też tu powtórzę tylko zasadnicze wnioski, niezbędne dla rozwinięcia naszych dalszych rozumowań<sup>1)</sup>.

Pomiędzy młodzieńcem, uprawiającym ćwiczenia gimnastyczne, a listonoszem lub rybakim, który również wykonywa ruch fizyczny w ciągu swego zajęcia, istnieje ta zasadnicza różnica, że podczas gimnastyki działają w silnem napięciu władze intelektualne, gdy praca listonosza jest mechaniczna, zautomatyzowana. Jeszcze bardziej czynnik duchowy odgrywa rolę w sporcie, który jak to widzieliśmy, dąży do zaprawienia organizmu w walce z określonym żywiołem w celu rozwoju jednej z najważniejszych cech charakteru — panowania nad sobą.

<sup>1)</sup> Prof. Dr. E. Piasecki. O wpływie ćwiczeń cielesnych na rozwój psychiczny młodzieży. Zbiór artykułów „Z psychologii i fizjologii wychowania.“ Lwów 1899.  
Dr. T. Jaroszyński. Czy kształcenie fizyczne może wpływać na charakter? (Przyczynek do psychologii gimnastyki). Czasopismo „Ruch“ 1907 r. Nr. 11, 12, 13, 17.  
Porówn też pracę „Higjona sportu“, pod red. dr. Osmólskiego i dr. Herynga. 1918.



Weźmy np. zwykle ćwiczenie — skok przez przeszkodę. W pewnym momencie osobnik ma wykonać nagły ruch, wymagający szybkiego skupienia wszystkich sił fizycznych i duchowych oraz skierowania ich ku jednemu celowi, który polega na pokonaniu przeszkody. Podobny proces psychiczny przeżywamy w jeszcze silniejszym stopniu, gdy mamy np. wskoczyć do zimnej wody. Tu również chodzi o przewyciężenie się i ześrodkowanie całej energii nerwowej w celu wykonania wysiłku, polegającego na „odważeniu się“ na pewien ruch, któremu towarzyszy uczucie pewnej przykrości.

W gimnastyce, grze ruchowej, oraz w sporcie nie poruszamy naszym ciałem mechanicznie. Każde ćwiczenie fizyczne, każda gra zbiorowa, wszelki sport — wymaga silnego napięcia psychiki, zdecydowania się na pewien czyn, akt woli, któremu często towarzyszy narażenie się na przykrość lub niebezpieczeństwo z powodu grożącej nam przeszkody lub żywiołu. Tu zatem duch uczy się panować nad ciałem, duch ćwiczy ciało. Osiągamy w tym wypadku pełne zharmonizowanie działania sił fizycznych i duchowych przy podporządkowaniu naszego ustroju jednemu celowi. W danym razie cel ten jest natury materialnej, lecz stan duchowy, jaki przeżywamy podczas tych czynności, utrwała się w nas i staje się zarodkiem do wyrabiających się w ten sposób cech charakteru.

Należy tu jednak poruszyć jeszcze jedną stronę zagadnienia. Znaczenie gimnastyki, sportu i gier ruchowych sięga o wiele głębiej, zajęcia te bowiem zawierają czynnik w wysokim stopniu uspołeczniający. W każdej grze zbiorowej jest pole do wyładowania się takich cech charakteru, jak towarzyskość, karność, poświęcenie swego interesu dla dobra innych, słowem jest to prawdziwa szkoła uczuć społecznych. Tu młodzież uczy się szanować prawa i przepisy, które każda grupa grających spełniać powinna, ażeby solidarnie zwalczać przeciwnika, tu jest możność wyrobienia w sobie bezstronności sądu i poczucia sprawiedliwości podczas zatargów i rozstrzygania sporów o zwycięstwo, tu ogół uczestników zabawy ruchowej zaprawia się w szlachetnym współzawodnictwie i kształci się na przyszłych obywateli społeczeństwa.

Widzimy zatem, jak szerokim jest zakres oddziaływania gimnastyki i sportu na psychikę. Gimnastyka kształci uwagę, szybkość orjentowania się i koordynację nerwowo-mięśniową, sport rozwija odwagę, przedsiębiorczość i przytomność umysłu przy zwalczaniu przeciwności, gry zaś ruchowe — dają pole do rozwoju towarzyskości, altruizmu i uspołecznienia. Wszystkie zaś te dziedziny kultury fizycznej dążą do wyrobienia u osobnika tak niezbędnych dla niego cech charakteru — uczucia pewności siebie i ogólnej sprawności cielesnej i duchowej przy dążeniu do zamierzonego celu. (C. d. n.)

Dr. Miecz. Orłowicz

starszy referent dla spraw turystyki w Ministerstwie Robót Publicznych.

## Organizacja turystyki w Polsce.

(Dokończenie).

Oto krótkie zestawienie nie wszystkich ale najważniejszych tylko sposobów, jakimi państwo pośrednio lub bezpośrednio ułatwić może ruch turystyczny. W zakresie zaś jego literackiej i bezpośredniej propagandy nasuwają się tu następujące zadania:

1. Wydanie ogólnego przewodnika po ziemiach Polski w granicach państwowych, wzorowanego układem na podobnych wydawnictwach zagranicznych (n. p. Baedeker) oraz przewodników specjalnych, o ile możności ilustrowanych po poszczególnych prowincjach większych miastach, partjach gór itp. Jest to postulat najważniejszy i zasadniczy, gdyż bez przewodników ruch turystyczny ani krajoznawczy rozwinąć się nie może. Pod tym względem wskazanem by było, aby jedno z towarzystw turystycznych albo jedna z wielkich firm nakładowych polskich scentralizowały te wydawnictwa dla ułatwienia ich zbytu i administracji jako „Polską Bibliotekę Turystyczną“.

2. Wydanie nakładem rządowym, albo też podjęcie starań u największych odnośnych firm zagranicznych (np. Baedeker, Meyer, Grieben, Woerl i inni) żeby wydały w językach obcych tomy przewodników, poświęconych Polsce, a w tym drugim wypadku dostarczenie im materiału opisowego i ilustracyjnego.

3. Wydawanie, ewentualnie subwencjonowanie tygodnika poświęconego specjalnie turystyce i krajoznawstwu w Polsce, jakim przed wojną była „Ziemia“, wydawana przez „Polskie Towarzystwo Krajoznawcze“ w Warszawie.

4. Starania, by zagraniczne pisma ilustrowane umieszczały od czasu do czasu artykuły poświęcające Polsce, jej miastom, sztuce, górom, muzeom, zdrojowiskom itd., oraz dostarczanie im materiału opisowego i fotografii.

5. Wydawanie broszur reklamowych o Polsce w językach obcych, w szczególności w językach tych narodów, na których zainteresowanie się Polską możemy liczyć, i których ruch turystyczny byłby nam pożądanym.

6. Gromadzenie fotografii z widokami miast, dworów, kościołów, cerkwi, pałaców, synagog, zabytków sztuki, osobliwości przyrody gór, rzek, jezior, skał, jaskiń, wodospadów, ruin zamków, typów ludowych itp. a to dla zyskania możności ilustrowania „Przewodników“ po ziemiach polskich, artykułów o Polsce oraz sporządzania diapozytywów do odczytów krajoznawczych.

8. Rozwieszanie w poczekalniach i restauracjach kolejowych powiększonych fotografij, pięknych widoków z Polski z podpisami w kilku językach europejskich.

9. Urządzanie co rok, ewentualnie co tat dwa, wystaw fotograficznych „krajobrazu polskiego“ i wyznaczanie nagród honorowych państwowych (medalów) celem zebrania potrzebnych dla propagandy krajoznawstwa i turystyki, fotografij.

10. Wydawanie afiszów reklamowych dla pojedynczych stacyj turystycznych i zdrojowisk.

11. Wydawanie seryj pocztówek z widokami piękniejszych miejscowości państwa, wydawanie albumów z takimiż widokami i podpisami w różnych językach europejskich.

12. Wydawanie kalendarzy, poświęconych turystyce polskiej.

13. Zorganizowanie osób i instytucyj ciągnących zyski z ruchu turystycznego (np. biura podróźnicze, hotelarze, restauratorowie zarządy zdrojowisk i letnisk, właściciele will i pensjonatów) w związku mające na celu finansowe i faktyczne popieranie prac do ożywienia ruchu turystycznego prowadzących.

Praca dla urzeczywistnienia wyżej wymienionych celów może być prowadzona albo wprost przez państwo lub też za pośrednictwem towarzystw turystycznych. Pracę bezpośrednią uważam za wskazaną tylko do prac, które musi z natury rzeczy wytworzyć państwo, czy też jakieś inne ciało publiczne np. budowa kolei i gościńców, połączenie kolejowe, udogodnienia administracyjne itp. Natomiast w pozostałych sprawach ingerencja władz państwowych może jedynie uzupełniać pracę organów samorządnych czy też towarzystw turystycznych, którym należy podawać inicjatywę, subwencjonować ich pracę, ułatwiać ją przez odpowiednie zarządzenia administracyjne i kontrolować ich działalność.

Jako takie towarzystwa wysuwają się na plan pierwszy Polskie Towarzystwo Krajoznawcze w Warszawie i jego oddziały prowincjonalne, Towarzystwo Tatrzańskie w Krakowie, jego oddziały i sekcje, Krajowy Związek Turystyczny w Krakowie, a ewentualnie w stadium organizacji obecnie znajdujący się polski Touring Club, wzorowany na podobnych organizacjach Zachodniej Europy. W dalszym rzędzie stoją drużyny skautowe, których pomoc można wyzyskać przy zbieraniu fotografij, znaczeniu ścieżek górskich, Polska Macierz Szkolna i Towarzystwo Szkoły Ludowej ze względu na organizacje wycieczek szkolnych, nauczycielskich i ludowych.

Początek w sprawie organizacji już zrobiono. W szczególności w październiku 1919 r. z inicjatywy Ministerstwa robót publicznych odbył się w Krakowie zjazd delegatów 30 towarzystw — krajoznawczych, turystycznych i narciarskich z całej Polski, na którym posta-

nowiono powołać do życia „Polski Związek Towarzystw Turystycznych“ z siedzibą w Warszawie, wybrano dlań komisję statutową, omawiano cały szereg najbliższych zadań organizacyjnych na polu turystycznym i wreszcie podzielono kompetencje między najważniejsze towarzystwa turystyczne. W szczególności Towarzystwo Tatrzańskie i jego oddziały otrzymały opiekę nad turystyką w Tatrach i Karpatach, Polskie Towarzystwo Krajoznawcze i jego oddziały turystykę w pozostałych częściach kraju, wydawnictwa krajoznawczego i wycieczki młodzieży, świeżo zorganizowany Polski Touring Club turystykę jako sport, turystykę kolarską, wodną, samochodową, wycieczki za granicę, Krajowy Związek Turystyczny w Krakowie (przekształcony na Polski Związek Popierania Turystyki) ma się zająć handlowo-przemysłową stroną ruchu turystycznego, poprawą hotelarstwa, ściąganiem cudzoziemców do Polski, a wreszcie zorganizować osoby i instytucje nie będące turystami, ale mające tymczasowy interes w popieraniu turystyki (n. p. hotele, zdrojowiska, pensjonaty, biura podróży itp.). Towarzystwa narciarskie zatrzymują dotychczasowy zakres działania, zaś towarzystwa akademickie i pozostałe samodzielne towarzystwa turystyczne stać się winny sekcjami lub oddziałami jednego z towarzystw powyższych. Dość długą dyskusję wywołała sprawa tworzenia państwowych urzędów turystycznych na prowincji, w szczególności w Krakowie; większość mówców oświadczyła się przeciw temu wnioskowi, uważając, że tego rodzaju organa prowincjonalne jako pomnażające tok instancyj nie są potrzebne, natomiast wskazane byłoby rozszerzenie i usamodzielnienie Państwowego Biura Turystycznego przy Min. Robót Publicznych. Za organ wszystkich towarzystw turystycznych w Polsce uznano „Ziemię“, wydawaną w Warszawie przez Pol. Tow. Krajoznawcze. W najbliższym sezonie uchwalono wycieczki turystyczne skierowane przedewszystkiem w tereny plebiscytowe.

Równocześnie reprezentanci czterech polskich towarzystw narciarskich biorących udział w zjeździe, wybrali Komitet organizacyjny dla specjalnego „Związku Polskich Towarzystw Narciarskich“ z siedzibą we Lwowie.

Poruszono także na zjeździe sprawę projektowanej „Rady Wychowania Fizycznego“ przy Min. Zdrowia Publ. i wyrażono życzenie, aby do Rady tej, dla zachowania kontaktu między nią a władzami i organizacjami turystycznymi wszedł referent dla spraw turystyki w Min. Robót Publ., a ewentualnie także reprezentant „Polskiego Związku Towarzystw Turystycznych“. Życzeniu temu stało się o tyle zadość, że Min. Rob. Publ. jako swego reprezentanta w owej Radzie wydelegowało referenta dla spraw turystyki. Zasiada on również w „Państwowej Komisji Ochrony Przyrody“ przy Minister-

stwie Oświaty, oraz w najwyższej organizacji sportu w Polsce, jaką jest „Komitet Udziału Polski w Igrzyskach Olimpijskich“.

Przy organizacji ministerstwa, sprawy popierania ruchu turystycznego oddano wprawdzie Ministerstwu Robót Publicznych, równocześnie jednak sprawy związane pośrednio, lub bezpośrednio z organizacją turystyki polskiej i ruchu cudzoziemców w Polsce należą do kompetencji całego szeregu innych ministerstw. I tak sprawy propagandy zagranicznej do Ministerstwa Spraw Zagranicznych za pośrednictwem konsulatów, sprawy wycieczek krajoznawczych młodzieży szkolnej i ludu, harcerstwo, domy wycieczkowe szkolne, ochrona przyrody do Ministerstwa Oświaty, sprawy muzeów, zbiorów, fotografii i zdjęć kinematograficznych krajobrazu polskiego, oraz ochrona krajobrazu do Ministerstwa Kultury i Sztuki, sprawy zdrojowisk, letnisk i wychowania fizycznego do Ministerstwa Zdrowia, sprawy budowy nowych linii kolejowych, rozkładu jazdy, bezpośrednich wagonów, szlaków kolejowych dla turystyki, reklamy kraju na dworcach do Ministerstwa Kolei, sprawy pocztowych automobilów osobowych do Ministerstwa Poczty itd.

Dla zachowania zatem kontaktu pomiędzy temi Ministerstwami okazuje się potrzeba utworzenia stałego międzyministerjalnego „Komitetu dla Spraw Turystyki“, jako organu doradczego Ministerstwa Robót Publicznych. Dla omówienia zasad jego organizacji odbyła się dnia 6. listopada 1919 r. konferencja międzyministerjalna przy udziale delegatów ministerstw: Robót Publicznych, Zdrowia, Kultury i Sztuki, Oświaty, Kolei Żelaznych, Poczty i Telegrafów, Przemysłu i Handlu, Rolnictwa i Dóbr Państwowych, oraz Spraw Zagranicznych. Referat w sprawie utworzenia „Komitetu dla Spraw Turystyki“ wygłosił podpisany jako delegat Ministerstwa Robót Publicznych, który podniósł, że Ministerstwo Robót Publicznych chcąc się w organizacji swej pracy na polu popierania turystyki oprzeć na wzorach zagranicznych, zwróciło się do kilku państw Zachodniej Europy z prośbą o podanie zarysu organizacji władz opiekujących się w odnośnych krajach ruchem turystycznym. Nadeszła wyczerpująca odpowiedź z Francji, gdzie sprawy popierania ruchu turystycznego, podobnie jak w Polsce, oddane są Ministerstwu Robót Publicznych. Istnieje przy nim specjalny „Państwowy Urząd Turystyczny“ (*L'Office National du Tourisme*) jako organ administracyjny, zaś jako organy doradcze dwie rady, jedna ściślejsza t. zw. „Rada Administracyjna“ (*Conseil d'Administration*), z 24 członków, na której czele stoi obecnie p. David, były minister rolnictwa, oraz druga obszerniejsza t. zw. „Rada Wyższa Turystyki“ (*Conseil Supérieur du Tourisme*) w skład której wchodzi blisko 80 osób pochodzących, z wyboru, z nominacji

lub też wchodzących w skład rady z urzędu, a której przewodniczy Minister Robót Publicznych.

W Polsce, gdzie turystyka nie jest jeszcze tak rozwinięta jak we Francji, niema potrzeby tworzyć ciał doradczych tak licznych i podwójnych, wystarczy jeżeli obok obecnego referatu dla spraw turystyki, który być może wzorem Francji, zostanie przetworzony na „Państwowy Urząd Turystyczny“, powołany będzie do życia przy Ministerstwie Robót Publicznych doradczy „Komitet dla Spraw Turystyki“, który z czasem, gdy agendy się rozwiną, może być przekształcony na „Państwową Radę Turystyczną“. Muszą doń wejść równie reprezentanci interesowanych ministerstw, jak i towarzystw turystycznych i przemysłu turystycznego.

Wszyscy delegaci uznali potrzebę powołania do życia takiego Komitetu a na podstawie projektu, rozesłanego przez Ministerstwo Robót Publicznych, uchwalono jego statut. Za cel Komitetu uznano koordynację prac wszystkich organów państwowych, oraz sfer turystycznych, w kierunku popierania ruchu turystycznego w Polsce. W skład Komitetu mają wchodzić delegaci tych ministerstw, których zakres działania wkracza pośrednio lub bezpośrednio w sprawy popierania ruchu turystycznego, czterech przedstawicieli „Polskiego Związku Towarzystw Turystycznych“, oraz po jednym delegacie „Naczelnego Inspektoratu Harcerstwa Polskiego“, „Związku Zdrojowisk w Polsce“, „Związku Hotelarskiego“, oraz związku polskich towarzystw narciarskich, kolarskich, wioślarskich i automobilistów, nadto osoby zaproszone przez ministra imiennie.

Resztę posiedzenia poświęcono omówieniu spraw bieżących, w szczególności podniesieniu przemysłu hotelarskiego, sprawom komunikacyjnym, oraz ruchowi turystycznemu cudzoziemców. W szczególności w tej ostatniej sprawie poruszonej przez konsulat polski w Londynie uznano zgodnie, że ruch turystyczny cudzoziemców w Polsce nie jest pożądany tak długo, dopóki nie poprawią się warunki hotelarskie, apropowizacyjne i komunikacyjne.

Tak się przedstawia w zarysie projekt organizacji władz turystycznych; zatem „Państwowy Urząd Turystyczny“, ewentualnie na razie „Referat turystyki przy Min. Rob. Publ.“ jako organ wykonawczy, międzyministerjalny „Komitet dla spraw turystyki“ jako organ doradczy, a wreszcie jako autonomiczna organizacja samych turystów „Polski Związek Towarzystw Turystycznych“. Wolno się spodziewać, że instytucje te wejdą w życie w najbliższych miesiącach i rozwinią pożyteczną pracę nad rozwojem turystyki w Polsce. Jej zaś intensywność zależeć będzie w pierwszej linii od wysokości budżetu, jaki da się uzyskać na cele turystyki. Sprawozdanie z dotychczasowej działalności referatu turystyki złożę w osobnym artykule.

## Nowe książki.

Alfred Binet. *Pojęcia nowoczesne o dzieciach. Rozwój fizyczny i umysłowy u dziecka w wieku szkolnym.* Przekład M. Szymanowski. Warszawa 1919. (Bibl. dzieł wyb.), str. 314 w 8-ce.

W dziesięć lat po ukazaniu się dzieła Bineta „*Les idées modernes sur les enfants*“ (Paris, E. Flammarion, 1909) wyszedł z druku polski przekład Szymanowskiej. Książka Bineta zbyt wielki zyskała rozgłos i uznanie, zbyt silnie wsiąknęła w krew nauki o wychowaniu fizycznym i umysłowym dziecka, zbyt ustaloną i powszechnie znaną ma opinię, ażeby ją na tem miejscu omawiać. Żywy i jasny sposób traktowania problemów trudnych i zasypanych gruzem tradycyjnych, niczem nieumotywowanych przesądów pedagogicznych, nagłe oświetlenie w sposób zgoła nieoczekiwany, a jednak głęboko uzasadniony, zagadnień dotyczących się czy to pomiarów inteligencji, czyto zdolności, czy lenistwa, z zapalem kruszona kopia o na prawdę nowoczesne pojęcia o dzieciach, sprawiają, że książka ta powinna się znaleźć w ręku każdego, komu dobro dorastającego człowieka leży na sercu. Z tego powodu przekład polski był potrzebny, z tego powodu jednakowoż musimy od przekładu i wydania wymagać wielkiej staranności i poprawności. Niestety zarówno strona wydawnicza, jak i przekład, wiele pozostawiają do życzenia.

Ażeby wymienić tylko niektóre braki dotyczące się strony wydawniczej, zaznaczam, że na okładkach książki widnieje podtytuł „*Rozwój fizyczny dziecka w wieku szkolnym*“, zupełnie niezgodny z treścią książki, która traktuje przedewszystkiem o rozwoju umysłowym (na właściwej karcie tytułowej podtytuł jest natomiast podany poprawnie); że brak spisu rzeczy, który jest przecież niezbędny potrzebny do zorientowania się w dziele naukowym, składającym się z licznych rozdziałów; że podział na dwa tomy, z których się pierwszy kończy a drugi zaczyna w połowie zdania, a nawet w połowie słowa, jest w równym stopniu nieestetyczny, jak niepraktyczny.

O niedokładności, nie chcę mówić tłumaczenia, lecz korekty, świadczą takie miejsca, gdzie n. p. w nagłówku rozdziału tłustym drukiem wytłoczono napis: „*Marzenie pamięci uczniów*“, zamiast mierzenie pamięci uczniów (str. 151), albo takie zdanie: „*Łączność ze zdolnością do języków i matematyki jest rzeczywiście słaba, ale ze zdolnością do języków, do pracy ręcznej, do stylu i geografji jest silna*“ (str. 208), które twierdzi rzecz zgoła niemożliwą, że łączność (zdolności do rysunku) ze zdolnością do języków jest zarówno słaba, jak i silna, albo wreszcie takie zupełnie dla zwykleo śmiertelnika niezrozumiałe zdanie: „*Ebbinghaus dowiódł, z której się ani słowa nie pamięta, jednak zostawia pewen (sic) ślad w umyśle*“ (str. 154).

Błędy tego rodzaju, do których dodałbym jeszcze i ten, że słynny wirtuoz liczb Inaudi występuje stale pod nazwiskiem Inandi, możnaby nazwać błędami pochodzącymi z nieuwagi. Ale w przekładzie znajdują się także i błędy poważniejszej natury. Takim błędem będzie n. p. mówienie o świadczeniu (zob. str. 161 i n.) zamiast o zeznawaniu, bo przecież świadek przed sądem nie świadczy, lecz zeznaje, i stąd nauka zajmująca się kwestją składania sprawozdań

(ewentualnie pod przysięgą) nazywa się nie nauką o świadczeniu, lecz nauką o zeznawaniu. Do rzędu tych błędów należy dalej zbyt niewolnicze tłumaczenie wyrazu *image* przez obraz, któremu to wyrazowi w polskim języku lepiej odpowiada wyraz wyobrażenie. Wyraz „wydolność“ pamięci jest zdaniem mojem nowotworem bardzo nieudolnym, a na metodę, nazwaną przez tłumaczkę oszczędnościową (str. 154), posiadamy w polskiej terminologii psychologicznej utarty i lepszy termin „metoda zaoszczędzania“. Na tej samej str. 154 wymienienia Binet 3 sposoby mierzenia pamięci i zaraz potem zaznacza, że pierwsza z tych metod najbardziej nadaje się do pomiarów pedagogicznych i najczęściej jest stosowana, i dla tego o niej w dalszym ciągu mówi. Z tłumaczenia jednakowoż wcale nie wynika, że chodzi tu właśnie o ową pierwszą z wymienionych przez Bineta metod, a przeciwnie odnosi się (n. b. niesłusznie) wrażenie, że autor nagle bez żadnego związku wprowadza nową metodę „dobrowolnych wspomnień“ łamiąc logiczną konstrukcję tekstu.

Nie chcę powiększać rejestru błędów, których zapewne można było przy większej staranności i po dłuższym namyśle i zasięgnięciu rady uniknąć. Błędów tych obecnie już wymazać nie można, a szkoda, bo przekład płynie na ogół barwie barwie, potoczyście i błyskotliwie w myśl subtelnych intencji autora

*Prof. Dr. Stefan Błachowski (Poznań)*

Dr. Ph. Tissie. *Éducation physique et la race*. Paryż (Flammarion) 1919.

Nader interesująca książka zasłużonego autora, pierwszorzędnego znawcy kultury cielesnej, będącego obecnie prezydentem „Francuskiej Ligi wychowania fizycznego“. Książka ta jest jakby synteza wszystkich jego poglądów, obejmująca całokształt zagadnień w tej dziedzinie, zawiera bowiem i podstawy anatomo-fizjologiczne i część psychologiczną i dział historyczny, wreszcie wlotki na przyszłość.

„Aux poilus de France“ — żołnierzowi francuskiemu poświęcił autor swoją książkę. Temu żołnierzowi, który czy to w niebezpieczeństwie, czy w nieszczęściu jest zawsze dzielny i zahartowany, w największych trudach pochodu jest żywy, wesół i wytrzymały, wobec wroga waleczny i pewny siebie, — słowem który stał się obecnie wzorem tego, do czego dążyć powinno wychowanie fizyczne: idealnego zespolenia zdrowego, wytrzymałego ciała oraz silnego, męznego ducha.

Nie znaczy to jednak, aby autor chciał w swej pracy wskrzesić dawne poglądy Amrosa, który, wzorując się na niemieckiej szkole Jahna, dążył w swym systemie kształcenia cielesnego do rozwoju militarnej siły jednostki. Przeciwnie, autor jest zawziętym wrogiem systemu niemieckiego, którego hasłem było „biada zwyciężonym“, któremu chodziło jedynie o egoistyczny rozwój siły fizycznej i powalenie przeciwnika. Nowoczesna formuła Linga jest odwrotna: tu chodzi o danie możności życia słabszemu i o dążenie do uspołecznienia osobnika, do zapewnienia mu należytego zdrowia i odporności. Dwa systemy ścierają się dziś w dziedzinie wychowania fizycznego: jeden — to system grecki, olimpijski, sportowy i militarny, hasłem jego „przez zdrowie do siły“, a celem osiągnięcie rekordu i zwycięstwa, drugi — to system szwedzki, jedynie racjonalny, oparty na



fizjologii i higienie, — dążący do „siły przez rozwój zdrowia“. Mimo tak wielką prostotę i słuszość tej ostatniej zasady — dwa tysiąclecia hołdowaliśmy pierwszemu, które poprowadziło nas na manowce.

Niepodobna jest przytaczać szczegółowo rozumowań autora, jego błyskotliwych: porównań i mnóstwa interesujących uogólnień, syntetycznych paraleli, których pełno jest w tej książce. Jako motto części fizjologicznej stawia autor lapidarny, znany zresztą pięćdziesięciu lat, który uzasadnia w sposób naukowy w dalszych roztrząsaniach: „On marche avec ses muscles, on court avec ses poumons, on galope avec son coeur, on résiste avec son estomac, on arrive avec son cert veau“. Zwłaszcza szczegółowo zatrzymuje się autor nad rozwojem płuc i ćwiczeniem oddechu, podnosząc konieczność ćwiczenia jednego mięśnia, który jest najbardziej ukrytym i może dlatego tak zaniedbany, a który mim to jest „Muscle-Roi“ — królem mięśni. Od tego mięśnia bowiem, a jest nim przepona brzuszna, zależy rozwój wszystkich narządów wewnętrznych i sprawność przemiany materji w ustroju. W ćwiczeniach oddechowych zapominamy często o należywym w y d e c h u, który warunkuje wydzielanie się szkodliwego dla ustroju dwutlenku węgla, jak wdech warunkuje nabieranie ożywczego tlenu. I właśnie w metodzie niemieckiej i w wielu sportach jest zaniedbanie wydechu we wszystkich tych ćwiczeniach, gdzie zaparcie tchu jest niezbędnem dla wykonania pewnej „sztuczki“ gimnastycznej.

Nader interesującą jest część psychologiczna, w której autor omawia stosunki myśli do ruchu, możliwość kształcenia psychiki przez ćwiczenia cielesne i pod tym względem na pierwszym planie stawia gry i zabawy ruchowe, które przez dostarczenie zainteresowania i rozwój szlachetnego współzawodnictwa, połączonego ze współdziałaniem stały się obecnie centralnym punktem wychowania fizycznego. Autor rozpatruje po kolei wszystkie zabawy ruchowe, podnosząc ich znaczenie dla każdego wieku, ostrzegając jednak przed zbyt wczesnem stosowaniem niektórych gier, — np. piłki nożnej przed 13-tym rokiem i sportów lekko-atletycznych przed 19-tym rokiem. Tu znowu bowiem możemy wpaść w przsądę przez hołdowanie zasadzie „przez zdrowie do siły“, która prowadzi do zniekształceń i przemęczenia wraz z całą plejadą rozmaitych powikłań chorobowych.

Ku czemu więc idzie Francja? Rozwój idei wychowania cielesnego przez całe 19-te stulecie szedł drogą błędną, jak to autor w szeregu danych historycznych wskazuje. A winą tego było: mylne wnioski laboratorjów, które, badając żaby, gołębie i króliki, zapomniały o człowieku; małe zainteresowanie pedagogów, dbających tylko o naładowanie mózgu nadmiarem wiadomości; przesady władz wojskowych, pragnących przede wszystkim mieć dzielnego żołnierza, nie zaś należyte rozwiniętego człowieka, niedostateczne uświadomienie lekarzy, którzy nie mają zresztą sposobności zapoznania się z teorią ćwiczeń cielesnych na wydziale lekarskim; wreszcie niezdrowa moda widowisk i rekordów, która ulegając chciwemu wrażeń tłumowi i popierając nadmierny kult olimpizmu i atletyki, często szlachetne sporty przetwarza w produkcje cyrkowe. Lecz oto po tylu latach błędów badacze francuscy wytknęli drogę dla racjonalnej metody wychowania fizycznego, właściwej odrębnym cechom swego narodu: po zarzuceniu wojskowej szkółki w Joinville i oparciu ćwiczeń gimnastycznych na je-

dynie prawidłowych podstawach metody Linga, — poczęto jaknajszerszej wprowadzać do programu gry i zabawy ruchowe według wzorów angielskich, pamiętając jednak o tem, że sporty właściwe, będące już specjalizacją w tej dziedzinie, są tylko dla starszej młodzieży pożądane.

Nawoływaniem do reform szkolnych kończy autor swą piękną książkę. Szkoła powinna rozwijać nie mechaniczne myślenie, lecz samodzielne zastanawianie się i działanie, z siedzącej powinna stać się stojącą, z biernej — czynną, zamiast szerzyć fizyczne niedołęstwo — powinna sprzyjać rozwojowi cielesnej i duchowej dziedziny naszego ustroju. Tylko po zaprowadzeniu tych reform osiągniemy to, co jest ideałem naszego życia: zdrowie, produktyjność i długowieczność.

Słusznym tym wymaganiom autora możemy tylko przyklasnąć, pragnąc ich urzeczywistnienia nie tylko we Francji, lecz i u nas, w nowo powstałej Polsce.

*Dr. T. Jaroszyński.*

I. G. Thulin. **Lärobok i gymnastik.** Del I. str. 272, rycin 365. Stockholm P. A. Norstedt & Söners Förlag. Jest to pierwszy tom podręcznika do gimnastyki, którego całość ma być ujęta w czterech tomach. W 1-szym tomie autor omawia: 1. Cele i środki fizycznego wychowania, przyczem uwzględnia (w szerszym znacznie zakresie, niż to czyniły dotychczasowe podręczniki gimnastyki) stronę psychiczną młodzieży. 2. Metodykę prowadzenia ćwiczeń cielesnych. 3. Zasób materiału ćwiczebnego i terminologję.

Tomy II—IV mają objąć anatomję i fizjologję oraz programy ćwiczeń cielesnych.

Praca ta jest pod wyraźnym wpływem prądów płynących z Kopenhagi, Stockholmu i Helsingforsu, co jest rzeczą zrozumiałą, gdyż autor jest dyrektorem Inst. gimnastycznego południowo-szwedzkiego w Lund, więc w środowisku rzeczonych wpływów. Okoliczność ta wyszła na korzyść omawianej pracy, gdyż autor odznacza się wyrobionym zmysłem krytycznym i zdolnością obserwatorską.

Szczególnie starannie jest omówiona charakterystyka poszczególnych okresów wieku młodzieży i dobór ćwiczeń dla każdego wieku. Prócz tego zastosowuje autor pożądane oddawna zmiany w następstwie poszczególnych grup ćwiczebnych i w doborze ćwiczeń, wprowadzając do programu więcej ożywienia, jakkolwiek nie zaniedbuje wcale ćwiczeń wpływających na poprawną postawę.

W innych znowu rozdziałach jak n. p.: „O błędach, ich unikaniu i poprawie” rozwija w całej pełni zasób doświadczenia ze swej długoletniej pracy, z któregooby mogli z wielkim skorzystać pożytkiem dla sprawy wychowania fizycznego nasi wychowawcy, gdyby nie ta trudność, że książka napisana w języku u nas mało znanym. S.

Jan Hipp. **Zasady gry w piłkę nożną.** Przemysł 1920 (Sp. wyd. „Praca i książka“). Str. 47 w 16-ce. Zasady gry są przedstawione wyczerpująco i praca odpowiada celowi. Rażącym jednak jest używanie wyrazów technicznych angielskich. Wprawdzie wyrazy te jeszcze ciągle się słyszy na naszych boiskach piłki nożnej, ale właśnie zadaniem autorów podręczników tego rodzaju jest objawom tym przeciwdziałać, zamiast się do nich dostosowywać i tem samem je umacniać. S.

## Z czasopism.

### Patologia.

Dr. K. Secher. Serce „małe“ (Gymnastisk Tidsskrift, Kopenhaga 1919, październik). Temat ten tak ważny dla wychowawców fizycznych autor roztrząsa wyczerpująco, ilustrując rysunkami zdjętymi z preparatów i rentgenogramów. Istnienie serca „małego“ poddawano w czasach ostatnich ożywionej dyskusji, która przyczyniła się znacznie do wyjaśnienia kwestji; przedewszystkiem zaś wydoskonalona technika rentgenologiczna dozwoliła nam odróżnić poszczególne typy budowy serca. Mamy zatem stanowczo prawo twierdzić, że w niektórych przypadkach należy się liczyć z sercem zbyt małym w stosunku do ciężaru ciała. Lecz obok serca małego istnieje też serce zwisłe (*cor pendulum*), zdarzające się u osobników z przeponą zbyt nisko ustawioną; ta postać serca powstaje przez przesunięcie narządów.

Co do znaczenia serca małego i serca zwisłego, autorowie wydają się zgodnymi w twierdzeniu, że osobniki z takimi formami serca łatwo uginają się pod wysiłkami, i dlatego właśnie rzecz ta ma tak wielkie znaczenie dla wszystkich, zajmujących się nauczaniem gimnastyki lub sportów. Należy zatem zwrócić uwagę na to, iż te postacie serca znajdujemy szczególnie u rosnących indywiduów wysokich, wątych, o płaskiej klatce piersiowej, złej postawie itp., czyli właśnie u takich, które wydają się przed innymi wymagać dobroczynnego wpływu ćwiczeń cielesnych. I w istocie przez rozumnie prowadzone wychowanie fizyczne ze znacznie obniżonymi wymaganiami w porównaniu z rówieśnikami zdrowymi, możemy napewno znacznie się przyczynić do podniesienia ich stanu zdrowia wskutek stworzenia lepszych warunków pracy serca. Uzyskamy to przez ćwiczenia prostujące, które poprawią stosunki przestrzenne w klatce piersiowej; dalej przez ćwiczenia mięśni brzusznych, przeciwdziałające opadnięciu trzewów i obniżeniu przepony; wreszcie przez ogólny środek podniecający dla całego ustroju, jakim są w miarę uprawiane ćwiczenia cielesne. P.

### Higiena nauczania.

Prof. Dr. Józefa Joteyko. Wiedza a intuicja w wychowaniu (Przegląd Pedagogiczny, styczeń 1920 r.). Celem tej pracy jest zwalczanie teorii Bergsona, który twierdzi, jakoby intuicja była w nieubłaganym przeciwieństwie z wiedzą. Autorka zapomocą szeregu przykładów, zaczerpniętych z dziedziny wychowania, dowodzi, że nauka nie sprzeciwia się intuicji i instynktom, a przeciwnie pomaga do ich odtworzenia, odszukania, ponieważ skutkiem sztucznego życia współczesnego, po części zaginęły. Zrozumienie np. konieczności ruchu dla zdrowia, dokonywanie się całej, ogólnie wziętej, edukacji fizycznej jest właśnie dziełem nauki, która w swoim pochodzie triumfalnym pozwala nam odszukać zaginione instynkty.

Co do gier i zabaw, autorka zgadza się ze zdaniem K. Groosa, zakrawającym na paradoks, „że zwierzę (i człowiek) nie dlatego się bawi, że jest młode, lecz że posiada młodość dlatego, aby mogło się bawić“. Gry bowiem przez pomnożenie podrażnień stanowią pierwszorzędnym czynnikiem wzrostu i rozwoju organów. I znów nauka, a nie intuicja dopomogła do zmiany zapatrywań na gry. Tak samo rzecz ma się z instynktem karmienia dziecka: instynkt ten w świecie zwierząt panuje wszechwładnie — w rodzaju

ludzki zaczął zanikać. Wyświetlenie zgubnych skutków, wpływających stąd dla dziecka znowu jest zasługą wiedzy. Powiada autorka, „że nauka wzmocniła instynkt i zniewoliła do dawnych praktyk“. A intuicja wielkich pedagogów przeszłości wzbogaca się obecnie znajomością psychologiczną umysłu dziecka i praw jego rozwoju. To więc, co było nieświadomem, staje się świadomem. W szkole zaś, która się obecnie kształtuje: nie intuicja, nie instynkt będą przewodnikami, ale nauka. Ta nauka, o której z entuzjazmem mówi autorka, że jej zawdzięczamy zbliżenie się do życia, wprowadzenie metod poglądowych, żywych i pociągających dla dzieci, doświadczalnych, gdy chodzi o młodzież starszą. Znajomość naukowa dziecka liczy się z jego indywidualnością, z etapami jego rozwoju, z jego istotnymi potrzebami i instynktami. „Precz z edukacjonizmem!“ woła autorka, a pod tym wyrazem rozumie stary system szkolnictwa. M. L.

### Propaganda zasad higieny szkolnej.

Dr. T. Jaroszyński. **Poradnia Wychowawcza** (Biul. Min. Zdrowia, Maj 1920). Poradnia założona została w Warszawie w marcu 1919, jako sekcja przy Kole Wychowania Narodowego P. M. S. Celem jej „jest budzenie świadomości wychowawczej i czynnego zainteresowania sprawami wychowania wśród najszerszych kół rodziców i opiekunów przez udzielanie rad i wskazówek w zakresie wychowania fizycznego, umysłowego i moralnego z uwzględnieniem wychowania przedszkolnego“.

Ustawa Poradni przewiduje dział informacyjny i pedagogiczny. Informacyjny udziela wskazówek co do sposobu korzystania z instytucyj Poradni: ambulatorjów, lecznic, żłobków, kąpeli ludowych i innych pomocniczych urządzeń; pedagogiczny daje rady z zakresu wychowania fizycznego, moralnego i umysłowego przy współudziale pedagoga i lekarza. Drogą konferencyj i popularnych odczytów z dziedziny wychowania, Poradnia wpływa na rodziców. Wskazówki udzielane im, Poradnia opiera na kwestjonariuszach, wypełnianych przez rodziców przy zgłoszeniu, na badaniu lekar-skim i zbadaniu dziecka przez czynniki wychowawcze.

Krótkotrwałe istnienie Poradni ujawniło palącą potrzebę założenia 1) instytucji dla dzieci niemoralnych powyżej lat 14 (dla młodszych istnieje taki zakład w Mokotowie); 2) instytucji dla dzieci wadliwie chowanych; 3) szkół dla niedorozwiniętych, a co za tem idzie, — wykształcenia zespołu odpowiednich nauczycieli; 4) szkoły męskiej z internatem, dla dzieci pozbawionych stałej opieki rodzicielskiej. G.

### Wychowanie fizyczne szkolne.

Dr. St. Kopczyński. **Wychowanie cielesne w szkole powszechnej**. (Szkola Powszechna 1920, zeszyt 1). Już Komisja Edukacyjna rozumiała doskonale, że szkoła ponosi odpowiedzialność również i za wychowanie fizyczne młodzieży, uznaje to i Min. Oświecenia. Jakież stąd obowiązki dla szkoły? Otóż powinna ona przedewszystkiem strzec dziecko od złych następstw przebywania w szkole: unikać znużenia umysłowego, stworzyć jak najlepsze warunki zdrowotne, a więc starać się o obszerny i jasny lokal szkolny często przewietrzany, boiska lub dziedzińiec do gier, sale rekreacyjne i gimnastyczne, urządzenia natryskowe itp.

Obowiązkiem drugim szkoły, jest wytworzenie w dziecku nawyknień higienicznych, a to przez dbałość o idealną czystość i porządek zarówno w samej szkole jak i w jej otoczeniu, a następnie kontrolę czystości

ubrania i ciała dzieci, Wreszcie trzecim obowiązkiem jest dążenie do rozwoju sił cielesnych dziecka przez rozbudzenie w niem zamięłowania do ruchu na świeżem powietrzu i do sportów, urządzenie wycieczek i zachęcanie do tworzenia zastępów harcerskich.<sup>1</sup>

W. N.

## Wychowanie fizyczne wojskowe.

S. P o ł o m s k i. **Jaką powinna być gimnastyka wojskowa?** (Bellona 1919; też w odbitce nakł. księgarni wojsk.; str. 19 w 8-ce). Myśli, wyrażone w tym artykule, najlepiej streszcza sam autor w następujących wnioskach:

1. Nauka gimnastyki we wszystkich szkołach oficerskich winna być oparta na naukach ścisłych: anatomji, higjenie, fizjologii i systematyce ćwiczeń.

2. Celem wykształcenia dobrych instruktorów z podoficerów potrzebne są kursy gimnastyczne, oparte na wymienionych w punkcie 1 naukach w zmniejszonym zakresie.

3. W każdym bataljonie względnie samoistnej formacji wojskowej powinien być wyznaczony przynajmniej jeden oficer, którego zadaniem byłoby czuwać nad nauką gimnastyki i szkolić instruktorów.

4. Ćwiczenia gimnastyczne winny się odbywać dwukrotnie dziennie po jednej godzinie, jako pierwsza godzina rano, ostatnia po południu.

5. We wszystkich koszarach wojskowych winny się znajdować w odpowiedniej ilości następujące przyrządy do gimnastyki: łąty szwedzkie, liny i żerdzie. Są to najpotrzebniejsze przyrządy. Ścianki szczeblowe wymagające oparcia o ściany, mogłyby z wielkim pożytkiem być umieszczone po wszystkich kurytarzach na wolnych ścianach.

6. Dla poparcia ruchu gimnastycznego w armji i w społeczeństwie, winny być przynajmniej raz na dwa lata urządzone zawody dla zastępów najlepszych i najsprawniejszych, wybranych ze wszystkich pułków i oddziałów armji polskiej. Zawody te winny być zastępowe a nie jednosłownikowe; programem ich winny być ćwiczenia umieszczone powyżej w planie naukowym. Zastęp najsprawniejszych otrzymywałby w połączeniu z odpowiednią uroczystością jakąś honorową odznakę w postaci sztandaru czy inną, któraby była własnością pułku czy innej formacji tak długo, aż przy następnych zawodach zdobyliby ją znów najsprawniejsi. Przy wszystkich uroczystościach wojskowych występowałaby dotycząca formacja z tą odznaką najsprawniejszych na pierwszym miejscu. (Tak honorują najsprawniejszych w Szwecji, Anglii, Francji, Danji, Holandji i Hiszpanji).

7. Należy utworzyć instytut gimnastyczny czyli najwyższą szkołę gimnastyczną, z którejby wychodzili nauczyciele i oficerowie dla gimnastyki dla szkół wyższych, wojskowych i średnich. (Taki instytut z europejską sławą znajduje się w Sztokholmie, założony przez Linga i kształci nauczycieli gimnastyki racjonalnej dla całej Europy i Ameryki).

Takie pojmowanie nauki gimnastyki opłaci się w wojsku stokrotnie, a czas jej poświęcony zwróci się niezawodnie przy szkoleniu rek utów i uczyni te pierwsze ich chwile w wojsku o wiele znośniejszemi, zaś ciągłość w jej nauczaniu, przez cały przeciąg służby wojskowej, przysłuży się w wielkiej mierze rozwojowi i sprawności całej armji, co wyjdzie niezaprzeczenie na korzyść i ku chwale naszej ojczyzny.

## Z towarzystw, instytucyj i zjazdów.

### Z posiedzeń miesięcznych lekarzy szkolnych szkół warszawskich przy Wydziale Higieny Szkolnej Ministerstwa Zdrowia Publicznego.

Posiedzenie z dnia 1 września r. 1919. Przewodniczący dr. St. Kopeczyński, sekretarz dr. Wieliczko, obecnych 25 osób. Wyjaśniono cele zebrań lekarzy szkolnych i omówiono w ogólnych zarysach najważniejsze sprawy, obchodzące lekarzy szkolnych. Do spraw tych należą: programy szkolne i przeciążenie pracą uczni, godzina rozpoczynania lekcyj i nauka gimnastyki, termin wakacyj i konferencje lekarzy szkolnych z ciałami podagogicznymi, rodzicami i opiekunami uczniów, gorące posiłki w szkołach, badanie młodzieży szkolnej, wykazy sprawozdań i zamieszczanie artykułów aktualnych lekarzy szkolnych w pismach pedagogicznych i higienicznych.

Posiedzenie z dnia 23 października r. z. Przewodniczący Dr. Kopeczyński, sekretarz dr. Wieliczko. Obecnych osób 26. dr. T. Drabczyk wygłosił referat pod tytułem »O wskaźniku Pirqueta jako współczynniku odżywiania uczniów« (rzecz pomieszczona w zesz. 1—2 „Wychowania Fiz.“).

W dyskusji zabierali głos dr. Grabowski, dr. Szmurło i dr. Michałowicz.

Posiedzenie z dnia 20 listopada r. z. Przewodniczący dr. Kopeczyński, sekretarz Dr. Wieliczko. Obecnych osób 31. Dr. S. Podhorecki przedstawił sprawę o odżywianie dzieci w szkołach warszawskich, stwierdzając, że sprawa prowadzona przez P. K. P. D. dobrze się przedstawia i jest nadzieja, że dzięki różnym ulepszeniom i zdobytemu doświadczeniu można będzie uruchomić większą liczbę kuchni. W sierpniu odżywiano 41,000 dzieci (w tem 16,000 dz. żydow.) we wrześniu 33,740 (11,000 dz. żydow.) w październiku 44,000 dzieci (20,000 dz. żyd.). Dr. Sterling wygłosił referat pod tytułem »Z dziedziny badań psychopatologicznych w oddziałach dla dzieci małodolnych w warszawskich szkołach pomocniczych«. Prelegent omówił wyniki pracy rocznej lekarza psychopatologa w warszawskich oddziałach dla dzieci niedorozwiniętych. Oddziałów takich jest 10, w każdym oddziale przeciętnie po 15 dzieci. Praca lekarza specjalisty polegała na zbieraniu szczegółowych wywiadów, poznawaniu atmosfery domowej i warunków ekonomicznych dziecka, na stwierdzeniu stopnia obciążenia dziedzicznego, na dokładnym zbadaniu pod względem fizycznym, specjalnie zaś neurologicznym każdego dziecka. Badanie to uwzględniało zwłaszcza stwierdzenie t. zw. „stygmatów zwyrodnienia“ i wady wymowy. Najwięcej jednak czasu poświęcono badaniu psychiki uczniów, posługując się przytem: 1) metodą Bineta — Simona, odpowiednio zmodyfikowanej, 2) uproszczoną metodą Rossolimo i 3) własnym kwestjonariuszem. Po wszechstronnem zbadaniu psychiki dziecka sporządzano jego charakterystykę, posługując się przytem danymi „dzienniczka“ nauczycielskiego. Na zasadzie dokładnego poznania rozmaitych dziedzin psychiki dziecka lekarz udzielał odpowiednich wskazówek nauczycielstwu, decydował o możności przeprowadzenia ucznia do oddziału wyższego względnie o powrocie do szkoły normalnej. Na 106 zbadanych dzieci znaleziono 9 normalnych, zacofanych w rozwoju 54, głuplaków 32, nie zrónoważonych 8, idjotów 3. W końcu referatu prelegent omówił wady techniki obecnej przyjmowania dzieci do warszawskich szkół i naszkicował plan proponowanej przez siebie reformy, wspomniał wreszcie o czysto naukowej pracy w tych oddziałach, (badania nad typami antropologicznymi naszych dzieci niedorozwiniętych, nad znużeniem, nad typami kojarzeniowemi, nad stopniem suggestyjności, nad typami klinicznymi niedorozwoju i głuptactwa, nad psychologiczną podstawą nowych metod nauczania), która już została zapoczątkowana. W dyskusji brali udział dr. St. Kopeczyński, dr. Jaroszyński i dr. Małkowski.

Posiedzenie z dnia 18 grudnia r. z. Przewodniczący dr. Kopeczyński, sekretarz dr. Wieliczko. Obecnych osób 27. Inż. Puławski wygłosił referat pod tytułem: „W sprawie organizacji kąpieli dla dzieci szkół średnich w Warszawie“. Kąpielisk miasto posiada 6, w których przeważnie kąpią się dzieci szkół miejskich w r. b. wykąpano 137,670 dzieci. Dla dzieci szkół średnich

prelegent zaleca kąpiel zbiorową, przy pomocy nauczycielek lub instruktorek, uczniów lub uczenie do kl. 5; i kąpiel osobną dla młodzieży starszej. Dr. Drabczyk wygłosił referat pod tytułem: „Wojskowość w wychowaniu fizycznym młodzieży szkół średnich”. Od r. 1880 rządy różnych państw szczególną opieką zaczęły otaczać wychowanie fizyczne młodzieży, zwłaszcza szkolnej, w celu przygotowania wojskowego, zaniedbując doskonalenie człowieka. Wychowanie obecne jak dowiódł tego system Linga, uważa przygotowanie wojskowe za zbyt ciężkie, gdyż osiągnąć je równie skutecznie można przez wychowanie człowieka całkowite, obejmując jego stronę cielesną i duchową. Na szeregu przykładów, zaczerpniętych z historii szkoły średniej większych państw europejskich z ostatniego dziesięcia lat, prelegent stwierdza prawdziwość tego twierdzenia. W końcu prelegent krytycznie odnosi się do tych zarządzeń ze strony władz harcerskich w Polsce, które do idei harcerstwa dołączyły, zbyt ciężkie idee wojskowości. Dyskusję nad odczytem odłożono do następnego posiedzenia.

## Posiedzenie Wydziału Gimnastycznego

Związku Sokolego i Kom. Igrzysk Olimpijskich odbyło się w dniu 25 kwietnia w Warszawie.

Omawiano na niem: Stan przygotowań do wyprawy antwerskiej. W Warszawie przygotowuje się główna siła. Stan osobowy ulega częstym zmianom. W Krakowie jest stała ósemka. We Lwowie ma dh. Świątkiewicz jeszcze zorganizować oddział. W Poznaniu zdaje się będzie trudno coś zrobić. Istnieją wszelkie możliwości przeprowadzenia wyćwiczenia. Dążyć należy do ustalenia listy uczestników w ramach do 24. Ilość zastępców się ustali później. Lista uczestników ma być ułożona do 15 czerwca b. r. Dążyć przytem należy do ujednostajnienia wzrostu i wieku.

Po ustaleniu listy, należy zebrać oddział w ustronem miejscu na cztery tygodnie od 15. VII. do 15. VIII. wraz z kierownikiem i jego zastępcą w celu przeprowadzenia wyćwiczenia. Z tem należy połączyć i kurs gimnastyczny. Jeżeli z jakichś powodów nie dałoby się to przeprowadzić poza Warszawą — przeprowadzić w Warszawie. Cały czas wraz z pobytem w Antwerpi do 6 tygodni. Z tem się jednak łączy pewien zwrot utraconego zarobku, potrzebnego dla rodzin członków wyprawy. Lista osób i obliczenie ma być do Warszawy najrychlej nadesłane. Ubranie ćwiczebne: białe pantalone, z czerwoną wypustką i czerwonym paskiem, koszulka gimnastyczna biała, bez nakrycia głowy. Odznaka komitetu olimp. Przed 15. VI. należy odbyć podróże inspekcyjne do środowisk, w których przygotowania się odbywają.

Potem Oddział Warszawski przerabiał ćwiczenia. Po ćwiczeniu wprowadzono w projekt ćwiczeń pewne poprawki i wyjaśnienia. Należy ustalić tekst i wydrukować. Resztę zmian przeprowadzą kierownicy w czasie ćwiczenia oddziału.

II. Zawody i zloty w r. 1921 i 1922. Po zreformowaniu programu ogólnego (protokół pism. wydz. międzyzwiązk. z 28 II 1920 r.), przedstawili szkic programu szczegółowego druhowie Hamburger i Świątkiewicz. Po dyskusji przyjęto dla tej sprawy zasady następujące:

1. Przyjmuje się projekt ogólny, jako zasadniczy.

2. Przeprowadzić należy roboty dla zawodów i ćwiczeń publicznych w dzielnicach tak, aby były przygotowane dla zlotu związkowego w r. 1922. Ćwiczenia wspólne druhow, kobiet i młodzieży mają być ustalone dla dzielnic drogą konkursu przez związek. Zostawia się swobodę do projektów osobnych występów okręgów na rok 1921, zaś swobodę w dzielnicach dla występów osobnych w r. 1922.

3. Ćwiczenia kobie i młodzieży nie powinny się ograniczać do ćwiczeń wspólnych.

4. Zawody mają obejmować pięciobój, przeprowadzony w okręgach. Rozgrywki między zwycięzcami z okręgów (dzielnic) mogą się dokonywać publicznie. Zasadę „użyteczności” przyjęto. W zawody wprowadzić należy gimnastykę przyrządową i marsz. W rozwinięciu zasady „grupa przeciw grupie” w przeciwstawieniu do zawodów jednostkowych, przyjmuje się współzawodnictwo okręgów i dzielnic.

Zawody lekkoatletyczne jednostkowe należy się starać przeprowadzić ze związkami sportowemi.

6. Regulamin zawodów dla związku sokolego należy ustalić z uwzględnieniem dotychczasowych regulaminów i regulaminów sportowych. Zestawi się w Warszawie po nadesłaniu materiałów w ciągu b. r.

7. Szczegółowy program dla zawodów i zlotów na r. 1921 opracują druhowie Hamburger, Świątkiewicz i Noskiewicz do połowy czerwca b. r.

## Polski związek narciarski.

Jednym z pierwszych sportów, który utworzył już związek obejmujący całe państwo, jest narciarstwo. Delegaci towarzystw narciarskich porozumieli się w tym kierunku na odbytym w Krakowie w październiku 1919, z inicjatywy Min. Robót Publ. zjeździe towarzystw turystycznych, oraz na konferencji ich delegatów, urządzonej w Zakopanem z końcem grudnia. Ostateczne zawiązanie »Polskiego Związku Narciarskiego« na podstawie przyjętego przez delegatów wszystkich towarzystw narciarskich w Polsce statutu, nastąpiło w Zakopanem w dniach 21 i 22 lutego b. r. Obrady delegatów odbywały się równocześnie z zawodami narciarskimi. Za siedzibę związku, która ma się zmieniać kolejno, obrano na rok bieżący Zakopane. Do zarządu głównego weszli: dr. Mieczysław Świerż (Sekcja Narciarska Tow. Tatrzaskiego w Zakopanem), jako przewodniczący, major Aleksander Bobkowski (Tatrzańskie Tow. Narciarzy w Krakowie) oraz dr. Zygmunt Klemensiewicz (Karpackie Tow. Narciarzy we Lwowie) jako zastępcy przewodniczącego, St. Fächer jako sekretarz, Zdzisław Ritterschild jako skarbnik, J. Gadomski i dr. Adam Kroebl jako członkowie. Część czystego dochodu z zawodów w wysokości 1000 koron Związek przeznaczył na budowę turystycznego schroniska na Stożku w Beskidach Śląskich, w celu ułatwienia tam polskiego ruchu turystycznego i narciarskiego. Siedzibą Związku jest dworzec Tow. Tatrzańskiego przy ul. Krupówki 14. M. O.

## Zjazd Towarzystw Kolonij letnich.

Dnia 7 i 8 maja miał miejsce w Warszawie 1-szy Zjazd przedstawicieli Kolonij letnich dla ubogich dzieci ze wszystkich ziem polskich z inicjatywy najstarszego, 38 lat istniejącego Towarzystwa kol. letn. w Warszawie. Pomimo iż wszystkie znane towarzystwa i magistraty zostały o tym zjeździe w swoim czasie zawiadomione, przybyło bardzo niewiele osób z poza Warszawy (10 przedstawicieli miast prowincjonalnych), co się tłumaczy do pewnego stopnia utrudnioną komunikacją w czasach obecnych. Wypowiedziano 4 referaty programowe: 1) Dzieje towarzystwa kolonij letnich dla dzieci na ziemiach polskich (Dr. A. Puławski), 2) Metodyka kolonij letnich (p. J. Pawińska), 3) Projekt statutu zrzeszenia towarzystw kolonij letnich dla dzieci dla całej Polski (Dr. A. Natanson), 4) Zadania kolonij letnich na przyszłość (Dr. Michałowicz). Pracowały 3 komisje: organizacji, metodyki i wniosków. Wybrano komitet wykonawczy Zjazdu, który się zajmie ostatecznym wypracowaniem statutu w porozumieniu z przedstawicielami wszystkich dzielnic polskich oraz wprowadzeniem w czyn uchwał, zapadłych na Zjeździe.

Zjazd zaszczyteli swą obecnością: prezydent miasta oraz przedstawiciele ministerjów: zdrowia, oświaty i opieki społecznej. Nader sympatyczne wrażenie wywarła obecność i udział w Zjeździe przedstawicieli amerykańskiego Towarzystwa młodzieży chrześcijańskiej (Y. M. C. A.) oraz przedstawiciela naszego harcerstwa, które bardzo sprawnie urządza kolonie harcerskie. Na Zjeździe wspomniano ze czcią imiona trzech zmarłych lekarzy, którzy położyli wielkie zasługi w sprawie zapewnienia dziatwie polskiej dobrodziejstw kolonij letnich: Stanisława Markiewicza, inicjatora i organizatora kolonij letnich, prof. Jordana, twórcy znanych powszechnie parków jego imienia i prof. Jakubowskiego, założyciela towarzystwa opieki szpitalnej nad dziećmi. Nie zapomniano również o zasługach ś. p. dra Fryczego, Mieczysława Pfeiffra — współpracowników Markiewicza, i hojnych ofiarodawców na rzecz kolonij, sukcesorów Raua i p. Hochowej, która ofiarowała Warszaw-



skiemu Towarzystwu kolonię leczniczą w Jurasinie. Następny zjazd odbędzie się na jesieni r. b. dla ostatecznego uchwalenia statutu i zorganizowania zrzeszenia towarzystw kolonij letnich. (Gaz. lek).

## Posiedzenie Polskiego Komitetu Igrzysk Olimpijskich.

26 kwietnia odbyło się w Warszawie dziewiąte posiedzenie pełnego P. K. I. O. pod przewodnictwem dr. Tadeusza Garczyńskiego, przy udziale blisko 30 członków i delegatów wydziałów oraz Minist. Zdrowia Publ. (dr. Tadeusz Jaroszyński) i Oświaty (dr. St. Kopeczyński).

Sprawozdawca prezydium (wicepr. dr. Polakiewicz), przedstawił akcję, zmierzającą do uzyskania dalszych funduszy rządowych na cele komitetu. W połowie maja spodziewanym jest wypłacenie kwoty 1,500,000 mk., jako reszty kosztów akcji przygotowawczej.

Prace Wydziału Piłki Nożnej w Krakowie polegają na treningu dziewczyn reprezentacyjnych, który narazie odbywa się pod kierownictwem prowizorycznego trenera, użyczonemu przez amerykański Y. M. C. A. Trenera zaś pierwszej klasy z Anglii Komitet uchwalił zaangażować natychmiast za pośrednictwem konsulatu polskiego w Londynie.

Sprawozdanie Wydziału Hipicznego (major Rummel). Trzy grupy jeźdźców, ćwiczące dotychczas osobno, będą od 1 maja trenować wspólnie w Warszawie na torze wyścigowym. Z dotychczasowych uczestników wybrano do treningu 12 oficerów i 25 koni. Okres przedwstępny należy już uważać za zakończony. Kilka koni jest znakomicie wyćwiczonych, z łatwością biorą one przeszkody dwumetrowe. W ciągu najbliższych 3 miesięcy odbędzie się dla wyćwiczenia jeźdźców około 15 konkursów hipicznych, w których jeźdźcy Olimpijscy będą specjalnie odznaczeni, a nadto całe grupy kandydatów do Igrzysk Olimpijskich wezmą udział w specjalnych zawodach, urządzonych w Warszawie, Krakowie i Poznaniu.

Wydział Wioślarski doszedł do przekonania, że wioślarze polscy mają szanse tylko w dwóch punktach: skiff trenuje się w Warszawie i Włocławku, a czwórki w Warszawie, Kaliszu i Poznaniu. Zawody kwalifikacyjne odbędą się 24 czerwca w Bydgoszczy, o ile za rezultaty osiągnięte przez zwycięzców nie będą odpowiednie, Wydział Wioślarski zrezygnuje z udziału w Olimpiadzie i wyśle tylko kilku instruktorów dla przypatrzenia się zawodom. Ruch sportowy w towarzystwach wioślarskich wzmógł się w ostatnich czasach nadzwyczajnie.

Sprawozdanie Wydziału Gimnastycznego (p. St. Biega). Ćwiczenia odbywają się jednocześnie w Sokole lwowskim, krakowskim, warszawskim i poznańskim. Wydział postanowił stanąć jedynie do punktu czwartego programu Olimpiady, t. j. do ćwiczeń gimnastycznych zbiorowych poza konkursem. Obecnie ćwiczy 50 ludzi, z czego do drużyny reprezentacyjnej wejdzie 24 ludzi. Zawody kwalifikacyjne odbędą się około 15 czerwca, poczem wybrana drużyna pojedzie na zbiorowy trening miesięczny do jakiejś ustronnej miejscowości.

Wydział Lekkiej Atletyki (spraw. kap. T. Kuchar). We wszystkich klubach wre gorączkowa praca i wszystkie pomagają do wykończenia bieżni we Lwowie. Dotychczasowa praca szwedzkiego trenera p. Helgesona wydała nadzwyczajne rezultaty, a szereg lekkich atletów osiągnął już wyniki bliskie rekordom europejskim. Definitywne zawody kwalifikacyjne odbędą się dopiero od 11 do 18 lipca, a przypuszczalna liczba reprezentantów polskiej lekkiej atletyki w Antwerpii wyniesie 8.

Wydział Lawn tenisowy dotychczas jeszcze nie mógł rozpocząć pracy nad treningiem w Warszawie z powodu braku boiska. W najbliższych dniach odbędzie się w Warszawie zjazd organizacyjny Związku tow. tenisowych w Polsce (Lwów, Kraków, Poznań, Łódź).

Wydział Kolarski wyznaczył zawody kwalifikacyjne na 16 maja w Krakowie. Zgłosiło się do nich 10 uczestników prawie wyłącznie z Małopolski Zachodniej. Dla treningu odbędą oni potem zawody drogowe w Częstochowie, Łodzi, Rzeszowie, Żywcu, Krakowie, Cieszynie i w Warszawie. Od 1 czerwca jeźdźcy reprezentacyjni zebrani będą w Krakowie celem wspólnego treningu. Na dniach 27—29

czerwca br. zwołuje się do Warszawy zjazd delegatów towarzystw, celem definitywnego ukonstytuowania się „Polskiego Związku Kolarskiego“.

Wydział Szermierki (wiceprez. m. Lwowa Dr. A. Stahl) bezwarunkowo musi być w Antwerpii przez Polaków reprezentowany. Szczególne dobre widoki mamy w walce na szable, tembardziej, że najgroźniejsi na tem polu przeciwnicy, jakimi są Węgrzy, którzy w Stokholmie zdobyli prawie wszystkie nagrody, nie będą w Antwerpii reprezentowani. Trening odbywa się we Lwowie, gdzie też 15 maja odbędzie się akademja szermiercza po której zostaną wybrani reprezentanci olimpijscy i poddani specjalnemu treningowi. Rokowania o pozyskanie trenera już wdrożono. Celem zyskania przeglądu sił odbędą się zawody próbne w Krakowie, Lwowie i w Warszawie.

Mniej pomyślnie brzmiało sprawozdanie Wydziału Strzeleckiego (prof. Domaniewski). Prace przygotowawcze trafiły na nieprzezwyciężone przeszkody z powodu braku odpowiedniej strzelnicy w Warszawie, a wojskowość, która obiecała Wydziałowi swą pomoc, zawiodła. Komitet przyjął to z przykrością do wiadomości, prosząc prof. Domaniewskiego o zajęcie się w przyszłości organizacją tej gałęzi sportu, aby była ona bezwarunkowo reprezentowana na następnej Olimpijadzie.

W sprawie kostjumów powzięto uchwałę, że mają być one jednolite dla wszystkich uczestników reprezentacji polskiej, z wyjątkiem oficerów stojących do zawodów hipicznych. Nadto reprezentacyjni uczestnicy zawodów lekkoatletycznych i piłki nożnej oraz wioślarze otrzymają jednakowe kostjумы, zamówione w fabryce Scheiblera w Łodzi (czerwone bluzki z haftowanym orłem białym, białe spodenki).

Sprawę wyjazdu dr. Polakiewicza do Brukseli dla informacji oraz przygotowania kwater, sprawę reprezentacji Polski w Międzynarodowym Komitecie Olimpijskim, oraz sprawę stosunku komitetu polskiego do Y. M. C. A., która ofiarowuje mu swą pomoc w przygotowaniu wyprawy, sprawianiu przyborów i sprowadzeniu trenerów z Ameryki, przekazano prezydjum.

*Dr. Mieczysław Orłowicz.*

## Ustawy, rozporządzenia i przepisy.

### Najważniejsze przepisy higieniczne.

- 1) Ręce myj wodą z mydłem kilka razy dziennie, zwłaszcza przed każdym jedzeniem, twarz, uszy, szyję i górną część tułowia myj rano i wieczorem.
- 2) Paznogie czyść szcztoką, obcinaj możliwie często, nigdy ich nie obgryzaj.
- 3) Zęby czyść szczoteczką i proszkiem, rano i wieczorem. Jamę ustną płucz wodą zrana, po przyjściu ze szkoły i możliwie po każdym jedzeniu.
- 4) Głowę myj często. Włosy najlepiej noś krótkie, ciesz ostrym grzebieniem i szcztoką.
- 5) Uszy utrzymuj w czystości. Nie oczyszczaj uszu ostremi przedmiotami, np. ołówkiem, zapałką, drutem, szpilką i t. p.
- 6) Do nosa używaj zawsze czystej chustki. Przy oczyszczaniu nosa czyść najpierw jedną połowę, a potem drugą. Nie dłub nigdy w nosie.
- 7) Kąp się raz na tydzień.
- 8) Bieliznę zmieniaj przynajmniej raz na tydzień, na noc zmieniaj koszulę.
- 9) Oddychaj nosem. Piersi naprzód! Tułów prosto! Głowa do góry.
- 10) Unikaj przebywania w nieczystym powietrzu. Nie pal tytoniu. Nie wzbijaj kurzu. Nie pluj na podłogę. Nie rzucaj pestek z owoców i reszek pokarmów na podłogę. Zanim wejdiesz do mieszkania lub szkoły, oczyszczaj obuwie z kurzu i błota.
- 11) Jedz powoli, żuj dokładnie pokarmy. Przy jedzeniu nie czytaj.
- 12) Nie pij wódki, piwa, wina, mocnej herbaty, mocnej kawy. Za napój używaj czystej wody (przy braku przefiltrowanej używaj przegotowanej), lekkiej herbaty lub mleka.

13) Przy pracy siedź prosto, pisząc trzymaj lewe przedramię na stole, oba-  
dwa ramiona poziomo, głowę prosto, oczy w odległości 30 do 40 ctm. od książki  
lub kajetu. Nie ślń palców przy przewracaniu kartek. Światło (okno, lampę)  
miej przy pracy z lewej strony, lampy nie przysuwaj zbyt blisko, by chronić głowę  
od gorąca. Nie czytaj, nie pisz o zmroku i przy złem oświetleniu.

14) W chwilach wolnych od nauki używaj ruchu na otwartem powietrzu.

15) Kładź się wcześniej spać, abyś mógł nazajutrz wstać wypoczęty. Sypiaj  
9—10 godzin. Leżąc w łóżku trzymaj ręce na kołdrze.

16) Nie udawaj się na spoczynek zaraz po jedzeniu. Wstawaj, skoro tylko  
się przebudzisz, wcześniej, abyś mógł pierwsze śniadanie zjeść bez pośpiechu.

17) Pokój sypialny przewietrzaj często, a zwłaszcza przed pójściem spać.

18) Ospę winienes mieć szczepioną przynajmniej dwukrotnie.

19) Nie odwiedzaj kolegów chorych na choroby zakaźne i wogóle unikaj  
styczności z chorymi zakaźnymi. Szczególnie strzeż się szkarlatyny, dyfterytu,  
odry, ospy, koklusu, tyfusów i biegunki krwawej (dyzenterji).

20) Będąc chorym na chorobę zakaźną nie używaj książek z bibliotek pub-  
licznych, a zwłaszcza z biblioteki szkolnej. Po przebyciu choroby zakaźnej nie  
wolno ci przyjść do szkoły bez pozwolenia lekarza; również bez pozwolenia lekarza  
nie powinienes uczęszczać do szkoły, jeżeli ktoś z twej rodziny jest dotknięty  
chorobą zakaźną.

(Drukowane z polecenia Ministerstwa Oświecenia i Ministerstwa Zdrowia  
Publicznego.)

Ministerstwo

Dnia 25 kwietnia 1920 r.

Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego.

Sekcja Szkolnictwa Średniego.

Do

Nr. 7303 S. II

Dyrekcji wszystkich szkół średnich

W sprawie wykładów z dziedziny higieny  
w szkołach średnich.

na terenie b. Królestwa

Kongresowego.

Ministerstwo W. R. i O. P.: pragnąc, aby uczniowie klas najwyższych zazna-  
jomili się przed opuszczeniem szkoły z najważniejszymi postulatami higieny, poleca  
Dyrekcjom, aby wezwały lekarzy do wygłoszenia kilku pogadań z zakresu hy-  
gieny. W szczególności w szkołach, w których nie odbywa się systematyczna  
nauka tego przedmiotu. powinni lekarze szkolni przed ukończeniem bieżącego roku  
szkolnego wygłosić dla uczniów klasy 8 i 7 dwie pogadanki na temat wielkich  
kłesk społecznych i walki z nimi: gruźlicy i alkoholizmu. Jako źródła i wzory  
pogadań służyć mogą między innymi następujące prace: prof. Sokołowski „Wiel-  
kie kłeski społeczne“ i „Choroby proletariatu“, wyd. Gebethnera i Wolffa, prof. Dr.  
Klecki: „Alkoholizm i antyalkoholizm“, Kraków 1904 r.

Uczniom klas najwyższych należy polecać broszurę prof. Herzena „Odezwa  
do młodzieży męskiej“, wyd. Arcta: „Książki dla wszystkich“.

Przy tej sposobności zwraca Ministerstwo uwagę na niedawno wydaną  
książkę prof. Kazimierza Sosnowskiego p. t. „Szkoła a zdrowie“ (cena 16 mk.)  
i miesięcznik, poświęcony higienie szkolnej i wychowaniu fizycznemu p. t. „Wy-  
chowanie fizyczne“, redagowany przez prof. dra Eug. Piaseckiego w Poznaniu.  
Prenumerata roczna wynosi 30 marek. Adres administracji: Poznań, Księgarnia  
Niemierkiewicza, Plac Wolności.

Za Ministra:

(—) G. Zawadzki

## Notatki bibliograficzne.

Dr. M. Biehler. Podręcznik higieny. Wyd. 3. Warszawa (Gebethner  
i Wolff) 1919.

Dr. W. Biehler. Pomoc doraźna w wypadkach nagłych, pielęgniarstwo  
etc. Wyd. 4. Warszawa (Gebethner i Wolff) 1919.

- A. Bollansée. *L'Enseignement de l'éducation physique en Belgique* Lierre (J. Van In) 1920.
- Dr. L. Bykowski. *Zasady pedagogiki doświadczalnej ze szczególnem uwzględnieniem szkoły polskiej*. Lwów—Warszawa (Książnica TNSW) 1920.
- F. v. Esmarch. *Die erste Hilfe etc.* 35—36 wyd., opr.
- Prof. dr. Kimmle Lipsk (F. C. W. Vogel) 1920.
- Th. Focking. *Fingerspiele und Handgymnastik*. Wyd. 2. Berlin (Oemigke) 1920.
- G. Hébert. *Muscle et beauté plastique*. Paryż (Vuibert) 1920.
- D. J. Joteyko. *La fatigue*. Paryż (Flammarion) 1920.
- Ministerstwo Spraw Wojskowych. *Regulamin Wychowania fizycznego*. Warszawa 1920.
- A. Pawełek. *Młoda drużyna*. Wyd. 2. Warszawa 1919.
- Piasecki - Schreiber. *Harce młodzieży polskiej*. Wyd. 3. Lwów (Książnica TNSW) 1920.
- St. Sedlaczek. *Kilka słów o zadaniach harcerstwa*. Warszawa 1919.
- Dr. Wł. Wyhowski. *Człowiek (anatomja, fizjologia i higjena)*. Lwów (Książnica TNSW) 1920.
- B. Zienkowiecówna. *Ćwiczenia, gry i zabawy ruchów*. Warszawa (Związek Harc. Pol.) 1919.

### Czasopisma:

**Lot harcerski**, miesięcznik nowy pod red. K. Walczaka, Łódź (Inspektorat okręgowy Z. H. P.), Średnia 14.

**Walka z alkoholizmem**, miesięcznik pod redakcją J. a n a S z y m a Ń s k i e g o, najwyższy poziomem z prasy polskiej tej dziedziny, wznowiono świeżo, przenosząc redakcję z Krakowa do Warszawy (Zórawia 21).

*Revue des jeux scolaires et d'hygiène sociale*, znakomity miesięcznik, wychodzący rok 30 pod redakcją sędziwego już, a nigdy niestrudzonego rzecznika racjonalnego kształcenia ciała, dra Ph. Tissiégo (14, rue Marca, Pau) nie doznał przerwy w wydawnictwie w czasie wojny. Nr. 1—2 za rok 1920 zawiera, między innymi, artykuł redaktora naszego czasopisma p. t. *L'Education physique en Pologne*, poprzedzony przedrukiem *in extenso* jego listu do dra Tissiégo, oraz odezwą redakcji, która, w myśl prośby wyrażonej w liście rzeczonym, wzywa czytelników gorąco do zasilania Polskiej literaturą francuską, dziś prawie niedostępną z powodów walutowych, a zwłaszcza do dostarcza materiałów dla studjum porównawczego nad zabawami ruchowymi.

---

### Kronika.

— **Przyjaciele Polski**. Dziś, gdy z inicjatywy komisarza Polsk. Czerwonego Krzyża ma być wydana „Złota Księga“ humanitarnych czynów, dokonanych przez różne organizacje amerykańskie — chcemy podać kilka cyfr ilustrujących działalność jednej z tych instytucji, która wiele zawdzięcza naszym amerykańskim przyjaciółom — Państw. Kom. Pomocy Dzieciom. Akcja dożywiania dzieci w Polsce zapoczątkowana w kwietniu r. z., prowadzona jest przez PKPD. przy współudziale Ameryk. Wydz. Ratunk. (Fundacji dla Europy), na obszarze całej Rzeczypospolitej, obejmując wciąż nowe tereny w miarę posuwania się wojsk polskich. Ażeby mieć wyobrażenie o pracy tej potężnej instytucji i sprawności z jaką musi działać, ażeby odpowiedzieć swemu zadaniu wystarczy kilka cyfr. 11 składnic żywnościowych rozrzuconych po całym kraju obsługuje 20 komitetów powiatowych, które z kolei wysyłają żywność do najmniejszych miast, miasteczek i wsi, 1,302,000 dzieci i karmiących matek korzysta dzisiaj z posiłku dostarczanego przez PKPD. za pośrednictwem AWR. Dla dokarmienia powyższej ilości dzieci i matek potrzeba 207 tonn żywności dziennie, czyli 20 wagonów towarowych dziennie, co stanowi miesięcznie 10 pociągów po 40 wagonów.

Państwowy komitet pomocy dzieciom od chwili rozpoczęcia dożywiania dzieci za pośrednictwem amerykańskiego wydziału ratunkowego do dnia 1 maja r. b. otrzymał

następujące ilości produktów (w tonnach): kakao 1015, cukru 3472, mleka 10423, mąki 17204, grochu i fasoli 10422, ryżu 5828, tłuszczów 2540, tranu 29, mydła 382, sucharów 119, soli 237. Ogółem 52402 tonn. Z produktów tych przygotowano 3,452,518,000 porcji posiłku. (Gaz. warszawska).

- **Kurs zabaw i gier ruchowych.** Wydział Higieny Szkolnej Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego, chcąc dać nauczycielstwu możliwość poznania tak ważnego czynnika wychowawczego, organizuje przez miesiąc lipiec r. b. w Warszawie w parku Sobieskiego (*Agrykola*) specjalny teoretyczny i praktyczny czterotygodniowy kurs gier i zabaw ruchowych i sportowych. Dla dogodności uczestników przewiduje się urządzenie dwóch równoległych kursów: jednego w godzinach rannych, drugiego w godzinach wieczornych. Nauczyciele, którzy mają zamiar uczestniczyć w Kursach, zechcą zgłosić swój udział w Wydziale Higieny Szkolnej Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego (Bagatela nr. 12). Wczesne zgłoszenia dadzą możliwość należytego ułożenia programu zajęć, zarezerwowania odpowiedniej liczby boisk i utworzenie zastępów. Kursy są bezpłatne. —

- **Minister Oświecenia o higienie szkolnej.** W czasie rozpraw nad nową ustawą o organizacji szkolnictwa w Polsce, p. minister Łopuszański poświęcił następujące ustępy swego dwugodzinnego przemówienia sprawom, mającym związek z higieną szkolną:

„Ujemnym warunkiem naszego szkolnictwa powszechnego jest smutny stan pomieszczeń szkolnych. W Galicji już przed wojną jedna trzecia część szkół mieściła się w budynkach nieodpowiednich, a wojna pogorszyła ten stan. W Królestwie budynków szkolnych prawie że niema. Stan mieszkań nauczycielstwa jest taki, że niema co marzyć o pozyskaniu lepszych sił dla szkół na wsi...

Ministerjum dąży do zasadniczego przetworzenia istoty szkoły średniej, usunięcia przedadania i werbalizmu-mechanizmu naukowego. Będzie się wyklądać mniejszą ilość przedmiotów, tempo będzie wolniejsze, ale nauka gruntowniejsza. Powinno się zwracać uwagę, aby praca ucznia była samodzielna i twórcza. Na pierwszy plan wysuwa się cele wychowawcze. Dążyć się będzie do zbliżenia na gruncie szkolnym nauczycieli do uczniów, oraz do popierania wewnętrznych, szkolnych organizacji uczniowskich, które są ważnym czynnikiem wychowawczym. Nie pomija się wychowania fizycznego, kładzie się nacisk na higienę szkolną. W każdej szkole jest już lekarz i dentysta.

- **Polska na Olimpiadzie.** Czy powinniśmy wziąć udział jako młode, niezabobne jeszcze państwo w święcie wychowania fizycznego, rozgrywanego co cztery lata za każdym razem w innym państwie, a tym razem w Antwerpii?

Pytanie to nasuwa się, gdy zważymy koszty, jakie pociągnie udział Polski w igrzyskach olimpijskich.

Odpowiedzią zaś na to pytanie będzie wykaz państw biorących udział.

Po najskromniejszym obliczeniu kosztów państwo nasze musi poświęcić na ten cel 10 milionów marek. Rząd daje 3 miliony na przygotowanie t. j. utrzymanie zawodników w Antwerpii, co wyniesie około 7 milionów — brakujące cztery miliony musi pokryć nasze społeczeństwo,

Ludzie kulturalni i zamożni posiadający ambicje narodowe, bezsprzecznie nie będą obojętni na wezwanie komitetu, znajdującego się pod protektoratem Naczelnika Państwa, i pomoc swą okażą, jak również całe społeczeństwo polskie, czem kto może przyczyni się do tego by Polska nie została odrzucona wstecz poza linię i poziom kultury państw innych. (Gaz. warszawska).

- **Z Akademickiego Zw. Sportowego.** W dniu 18 maja r. b. odbyło się w Uniwersytecie Warszawskim walne zgromadzenie sprawozdawcze A. Z. S. Przewodniczył p. Wacław Wędrychowski, który powołał na asesorów pp. Stefana Grodzkiego i Eugeniusza Struga, a na sekretarzy pp. Zofię Wyrzykowską, Zdzisława Klimpa i Adama Horsego. Sprawozdanie z działalności Związku referował prezes Nadratowski, podnosząc przychylnieść naszych władz wojskowych, miejskich i akademickich w stosunku do A. Z. S.

Związek uruchomił w sezonie letnim 4 sekcje: wodną, tenisową, piłki nożnej i boks. Najwięcej starań dokłada Zarząd A. Z. S., by jaknajlepiej zaprezentować swoją osadę wioślarską, która weźmie udział na ósemce rasowej (ogień bardzo popularny w Anglii) w zawodach wszechpolskich w Bydgoszczy.

Po udzieleniu absolutorjum ustępującemu Zarządowi, odbyły się wybory z wy-nikiem następującym: na przewodniczącego A. Z. S. wybrano ponownie p. Nadratowskiego Władysława; do Zarządu kolejną większością głosów weszli pp.: Strug Euge-

niesz, Zawistowski Jan, Grodzki Stefan, Szeller Stanisław, Suligowska Jadwiga, Hartwig Mieczysław, Lilpop Stefan, Klimoel Zdzisław i Wisznicka Wanda. Do Komisji rewizyjnej weszli pp.: Szturm Witold, Lilpop Antoni, Herse Adam, Męcik i Rychter Władysław. Sąd Rozjemczy stanowiąc będą pp.: Białkowski, Suligowski i Machciński.

Na pierwszego członka honorowego A. Z. S. zebranie jednogłośnie powołało prof. Edwarda Strassburgera, którego łączn'ie z J. M. Rektorem Politechniki prof. Radziszewskim wybrano do Kuratorium A. Z. S.

— **11 milionów na kolonje letnie.** W Sejmie pos. ks. Błaziński referował wniosek o udzielenie 11 milionów na kolonje letnie.

W szkołach stwierdzono 52 proc. gruźlicy. Ratunek leży w kolonjach letnich. Małopolska wschodnia musi wysłać 15 tysięcy dzieci na kolonje, 14 tysięcy na półkolonje. Utrzymanie jednego dziecka obliczone jest na 10 mk. Wyniesie to razem 4,700,000 mk. Z Małopolski zachodniej komitet proponuje wysłanie 5500 dzieci i prosi o 1 i pół miliona subsydjum. W b. Kongresówce sprawą tą zajmowało się towarzystwo kolonij letnich, komitet ogrodów imienia Rau'a, Zw. Harcerzy, oraz 28 organizacji żydowskich. Istnieją również odpowiednie instytucje na prowincji. Okazała się potrzeba wysłania w r. b. 10 tys. dzieci. Koszt przewidziany jest w wysokości 3 i pół miliona. Ponieważ zaś budżet ministerjum zdrowia zawiera na ten cel pół miliona, przeto potrzeba jeszcze 3 milionów. Wielkopolska pragnie przygarnąć dzieci polskie z Białorusi oraz Westfalji, Górnego Śląska, Mazur i t. p. Województwo Pomorskie projektuje założenie letniska w Gdyni dla 150 dzieci. Na ten cel proponuje się asygnowanie 3 i pół miliona mk. Ugółem dla wysłania 50 tysięcy dzieci konieczną jest suma 11 mil. mk. Nie chodz tu o sentyment, ale o interes państwa.

Wniosek uchwalono.

(„Gaz, Warsz.”)

— **Oddział Warszawski Towarzystwa Tatrzańskiego.** Turyści wysokogórscy w Warszawie, zorganizowani dotychczas w „Sekcji Miłośników Gór“ przy Rolskim Towarzystwie Krajoznawczem postanowili wstąpić do znajdującego się w stadjum organizacji oddziału Warszawskiego Towarzystwa Tatrzańskiego. Oddział ten, narazie jako grupa istnieje już od maja 1919, a jego zarząd tymczasowy wdrożył kroki do zmiany statutu Towarzystwa Tatrzańskiego w duchu decentralizacji, przewidując istnienie oddziałów w Krakowie, Lwowie, Wurszawie, Łodzi, Poznaniu i innych ośrodkach administracyjnych Polski, który to projekt rozpatrywany będzie prawdopodobnie na tegorocznem walnem zgromadzeniu Towarzystwa Tatrzańskiego w Krakowie. Druga sprawa, na którą zarząd oddziału główna zwracał uwagę, to sprawa budowy schroniska murowanego na Hali Gąsienicowej. Ma to być schronisko duże, obliczone na 60 łózek, a jego plany opracował inż. Kalinowski.

Na zebraniu odbytem 13 kwietnia b. r., które poprzedził wykład Dr. Mieczysława Orłowicza o Karpatach Wschodnich ilustrowany przezrociami ze zdjęć dokonanych na wycieczkach Akademickiego Klubu Turystycznego we Lwowie w latach 1906—14, przyjęto sprawozdanie tymczasowego zarządu do wiadomości i wybrano nowy zarząd, w skład którego weszli: Wicemarszałek Sejmu Stanisław Osiecki jako przewodniczący, Konrad Wernik jako zastępca przewodniczącego, inż. Jan Jaroszyński jako sekretarz, p. Makarczyk jako skarbnik, zaś jako członkowie wydziału Dr. Mieczysław Orłowicz, pułk. inż. Drewnowski i Dr. Jerzy Lande. Delegatem oddziału na walne zgromadzenie Towarzystwa Tatrzańskiego w Krakowie wybrano Dr. Mieczysława Orłowicza.

M. O.

— **Złot Harcerzy Wielkopolskich** odbył się w pierwsze i drugie święto w Kórniku. Około półtora tysiąca harcerzy rozłożyło swe obozy na rozległych błoniach kórnickich. Zastąpione były drużyny nie tylko wszystkich miast i miasteczek Wielkopolski, ale nawet z takich wsi jak Bytyń i Wilkowiec w pow. szamotulskim. Jest to pocieszający objaw wzmagającego się ruchu skautowego u nas. Wielką stosunkowo liczbą uczestników oraz sprawnością odznaczyły się drużyny z miast bardziej odległych.

Zjazd udał się wogóle znakomicie. Przyczyniła się do tego obecność licznej „starszej drużyny“ harcerzy, tych prawdziwych przyjaciół młodzieży naszej. Wymieniam tu tylko pp.: dr. Strumiłło (Warszawa), naczelnego inspektora harcerstwa polskiego, kapitana Sikorskiego, naczelnika harcerstwa wielkopolskiego, ks. biskupa Łukomskiego, ks. kan. Prądzyńskiego, oraz obecność gospodarza hr. Zamoyskiego, który właśnie przybył do Kórnika po 37-letniej tułaczce.

Dośkonale zaprowizowanie zjazdu zawdzięczać trzeba ofiarności obywatelstwa Kórnika i okolicy. Włościanie nie pozwolili ubiec się w gościnności i poznosili dużo

masła, jaj, mleka itp. Obywatelstwo kórnickie wystawiło na rynku oltarz polowy i zaofiarowało kwatery, nietylko w stodołach ale i po dworach.

Wszystkim ofiarodawcom należy się serdeczna wdzięczność od harcerstwa.

W gronie dowództwa zjazdowego rozważano już sprawę następnego zlotu. Podobną się myśl urzędzenia go w okolicy między Bydgoszczą, Toruniem i Tucholą (tucholskie bory!) — i to wspólne: dla Pomorza i dla Wielkopolski. W ten sposób daną byłaby sposobność brania udziału harcerzom z pod Włocławka, Płocka i Warszawy.

(„Dzien. Pozn.“)

— **Zawody narciarskie o mistrzostwo Polski** odbyły się w Zakopanem w dniach 21 i 22 lutego. Na czele kolegium sędziowskiego stał poułk. Kazimierz Drewnowski i major Aleksander Bobkowski. Także wśród uczestników zawodu przeważali wojskowi i oni też zdobyli większość nagród.

Mistrzostwo Polski w narciarstwie, jako zwycięzca w głównym biegu, zdobył instruktor Szkoły Wysokogórskiej sierżant Franciszek Bujak, przebywając odległość 11 km. z Beskidu na Antołówkę w 43 min. Do głównego biegu stawało 10 uczestników — jako drugi przybył Zubek, jako trzeci Kaliciński, obydwa również z Zakopanego. Zdaniem wybitnych sportsmenów zdobywca mistrzostwa p. Bujak okazał się znakomitym narciarzem, równym najlepszym narciarzom skandynawskim i alpejskim, który w całym świecie może osiągać zwycięstwa.

Wszystkie nagrody w biegu sztucznej jazydy, oraz w biegu z przeszkodami, jako też druga nagroda w skokach seniorów pozostały przy instruktorach szkoły wysokogórskiej: por. J. Bujaku, sierż. F. Bujaku i jednorocznym plutonowym inżynierem A. Schielem. Natomiast w skokach seniorów pierwszą nagrodę otrzymał reprezentant Lwowa por. J. Pawłowski, (Sekcja Narciarska K. S. Czarni. Osobny bieg urządzono dla patroli wojskowych objuczonych pełnym rynsztunkiem — zwycięzcą był patrol kompanji wysokogórskiej Nr. 1 pod dowództwem plutonowego Galicy. Osobno urządzono także bieg dla pań.

Rezultaty osiągnięte w skokach wskutek złego stanu śniegu i braku rozpędu do skoczni zawiodły trochę stwierdziły jednak, że i na tym polu porobiliśmy w czasie wojny znaczne postępy i posiadamy szereg poważnych współzawodników. Zwycięzca J. Pawłowski osiągnął w skoku długość 14.80 m. podczas gdy rekord polski poza konkursami wynosi 32 m., rekord światowy (Norwegja) 60 m. M. O.

— **Polski Związek lekkoatletyczny.** W początku r.b. powstał w Polsce Wszepolski Związek Lekkoatletyczny oparty na wszystkich naszych zrzeszeniach uprawiających lekką atletykę. Siedzibą Związku na pierwsze trzy lata postanowiono obrać Lwów. Na przewodniczącego powołano kap. Tadeusza Kuchara. Związek ten stał się członkiem międzynarodowej „Fédération Internationale d'Athlète Amateurs“ i wprowadził polską atletykę do rodziny międzynarodowej. Polski Związek Lekkoatletyczny jest największą naszą instytucją w a) określaniu amatorstwa, b) w ustanawianiu reprezentacji polskich w lekkiej atletyce na zawodach między państwowych i międzynarodowych, c) zatwierdzaniu rekordów polskich, mistrzostw okręgowych i państwowych, d) rozgrywek o te mistrzostwa i t. p.

Związek wydał jako swe wydanie oficjalne, „Zawody w lekkiej atletyce“ (prezypis, postanowienia, prawa i obowiązki) opracowane na podstawie odnośnych uchwał międzynarodowej Amatorskiej Federacji Atletycznej.

Związek w porozumieniu z Polskim Komitetem Igrzysk Olimpijskich formuje i trenuje naszą reprezentację lekkoatletyczną na Olimpijadę Antweperską.

Polski Związek Lekkoatletyczny rozdzielił swą pracę na Okręgowe Związki Lekkoatletyczne. Powstały one: Okręg Warszawski, Okręg Lwowski, Okręg Krakowski, Okręg Łódzki, Okręg Poznański, Okręg Wileński i Okręg Lubelski. Dwa ostatnie na razie włączone do Warszawskiego.

Okręg Warszawski prowadzi jako „Oddział Polskiego Związku Lekkoatletycznego“ p. Mieczysław Szereda (przewodniczący) oraz pp.: Strzeszewski, Szlesser, Gebethner, Biernacki i Walczak, jako członkowie zarządu.

Oddział urzęduje w najbliższym czasie zawody lekkoatletyczne o mistrzostwo szkół średnich, oraz o mistrzostwo okręgowe w lekkiej atletyce. Zwycięzcy z Mistrzostwa Okręgowego staną jesienią r. b. do zawodów o doroczne Mistrzostwo Polski w lekkiej atletyce w biegach, rzutach i skokach. („Gaz. Warsz.“)

— **Straże ogniowe.** W Warszawie odbyło się doroczne walne zebranie Związku Florjańskiego, jednoczącego ochotnicze straże ogniowe na terenie b. Król. Polskiego, z udziałem 110 przedstawicieli przeważnie z prowincji przybyłych. Z podanego sprawozdania wynika, że Związek liczy 900 straży zrzeszonych z 60.000 członków. Oddziałów posiada 15. W 1919 roku zostały zorganizowane kursy pożarnicze

ośmioldniowe w 27 miejscowościach z około 500 uczestnikami, przeprowadzono wykłady z pożarnictwa w 37 miejscowościach, kursy uzupełniające dla naczelników straży w 16 miejscowościach, zorganizowano 16 zlotów wraz z popisami zawodowymi, zlustrowano wszystkie straże ogniowe w 6 powiatach oraz w szeregu pojedynczych miejscowości. Budżet na rok 1920 ustalono w wysokości 475.000 mk., ważniejsze pozycje w wpływach stanowią: wkładki członkowskie 25.000 mk., zasiłki od sejmików 125.000 mk., od państwowych ubezpieczeń od ognia 120.000 mk., Min. Spraw wewnętrznych 50.000 mk., Min. Wyznań Relig. i Oświecenia Publiczn. 20.000 mk., zaś w wydatkach poza kosztami administracyjnymi w pierwszej mierze uwzględniono pozycje na organizację kursów pożarniczych, lustrację straży, zasilenie pisma fachowego „Przełądu Pożarniczego“, drużyn harcerskich, oddziałów Związku i t. p. — Znajomiono zebranych z pracami i zadaniami wystawy przeciwpożarowej oraz z zakresem zwoływanego na jesieni r. b. Zjazdu wszechdzielnicowego delegatów straży ogniowych. Prace Związku posuwają się rażno w kierunku jednania straży ogniowych z kresów: należą już do Związku straże w Bobrujsku, Białymstoku, Łusku, Równem, Wilnie, Włodzimierzu wołyńskim, Brześciu n. Bugiem, Słucku, Supraślu. („Dzien. Pozn.“)

— **Zawody saneczkowe w Zakopanem.** W dzień po zawodach narciarskich o Mistrzostwo Polski odbyły się dnia 23 lutego zawody saneczkowe urządzone staraniem Sekcji Narciarskiej Towarzystwa Tatrzńskiego na torze saneczkowym w Kuźnicach (1800 m. dł.) a z powodu odwilży stan śniegu pozostawiał wiele do życzenia.

Zwyciężył w zawodach Lwów, albowiem mistrzami tego sportu okazali się i zdobyli większość pierwszych nagród (w biegu bobsleighów 6 osob., saneczek 2 osob. z kierownicą) bracia Łuszczynscy, stający do zawodów jako członkowie Sekcji Narciarskiej Akademickiego Klubu Turystycznego we Lwowie.

Po zakończeniu zawodów odbyła się wieczorem bezskuteczna próba pobicia rekordu na bobsleighach 6 osobowych ustanowionego w r. 1914 przez braci Łuszczynskich na torze kuźnickim w czasie 1 min. 32<sup>1</sup>/<sub>5</sub> sek. M. O.

— **Kongres wychowania fizycznego.** W jesieni b. r. odbędzie się w Sztokholmie Skandynawski kongres wychowania fizycznego z następującym programem: 1) Jednolitość wychowania fizycznego z intelektualnem; 2) oznaczenie minimum wielkości szkolnego boiska gimnastycznego; 3) opracowanie prawideł gier i sportów młodzieży krajów skandynawskich; 4) ustanowienie jednolitych znaków i sygnałów; 5) wymiana literatury, programów; 6) wymiana doświadczeń, dotyczących organizacji fizycznego wychowania w poszczególnych krajach; 7) sprawa wyjazdów do krajów, należących do Związku, na większe zawody sportowe.

Komitet, organizujący Kongres, powołuje Zarząd Organizacji fizycznego wychowania młodzieży, składający się z 9 osób, wybranych przez odpowiednie organizacje Danji, Szwecji, Norwegii i Finlandji. Na pierwszego przewodniczącego jest proponowany rektor Swedelius (Szwecja).

(Streszczone z listu dra Karwackiego, Warszawa).

G.

— **Rada krajoznawcza.** Na ostatniem posiedzeniu Rady przy wypełnionej sali dr. Orłowicz wygłosił referat „O wschodnich Karpatach“ bogato ilustrowany przezrociami

Przewodniczący zebrania p. Al. Janowski zawiadomił, że nakładem Rady ukazała się w handlu księgarskim ostatnia praca Stanisława Wołosowicza p. t. „Litwa i Białoruś“ i że dom turystyczny w Zakopanem, będący własnością Rady, za parę tygodni będzie oddany już do użytku publicznego. Gaz. warsz.

— **Plebiscyt na Górnym Śląsku a sport polski.** Od polskiego Komitetu Igrzysk Olimpijskich otrzymaliśmy zawiadomienie następujące:

„Jak ważnym, a jak bardzo u nas niedocenionym czynnikiem społecznym i politycznym jest sport narodowy, świadczą wypadki, które ostatnio zaszły i zachodzą na Górnym Śląsku.

W braku potężnych polskich związków sportowych młodzież śląska zarówno robotnicza, jak i mieszczańska od wczesnych lat zapisywała się do niemieckich Sportvereinów, zapalając się do niemieckich rekordów narodowych, niemieckich mistrzostw i t. p. i ulegając stopniowej germanizacji. Ilość tak na pół straconej przez rozentuzjowanie się germańskimi zwycięstwami młodzieży, obliczają na kilkadziesiąt tysięcy.

Podczas obecnej agitacji plebiscytowej ulubionym argumentem agitatorów niemieckich w stosunku do młodzieży robotniczej jest niesłychanie pogardliwe wyrażanie się o polskim poziomie sportowym, o sile polskiej reprezentacji Olimpijskiej, o polskich drużynach piłki nożnej, lekkoatletycznej i t. p. Fakty te ogromnie ważne



w pojęciu europejskiego sportsmena są o tyle trudne z polskiej strony do odparcia, że agitatorzy niemieccy przytaczają konkretne dane w postaci rekordów narodowych niemieckich w biegach, skokach i rzutach, będących bez porównania wyższymi od oficjalnych rekordów polskich.

Dla przeciwdziałania temu stanowi rzeczy polski komisarjat plebiscytowy Górnego Śląska w Bytomiu zwrócił się do polskiego komitetu igrzysk olimpijskich o odpowiednią pomoc w przeciwalkcji, drogą oparcia sportowych sentymentów społeczeństwa śląskiego o polskie związki sportowe, polską organizację centralną, polskie pisma sportowe, podręczniki i ten materiał agitacyjny, który mógłby podnieść w oczach Śląska godność i poziom sportu polskiego.

Do akcji tej, którą polski komitet igrzysk olimpijskich podejmie chętnie, Komisarjat plebiscytowy przywiązuje — jak zaznacza — szczególną wagę.

— **Mistrzostwo Polski w piłce nożnej w r. 1920.** Tegoroczne rozgrywki o mistrzostwo piłki nożnej obejmują po raz pierwszy wszystkie zabory i rozgrywane są pod egidą „Polskiego Związku Piłki Nożnej“.

Cały teren Polski rozdzielono na 5 Związków Okręgowych: Krakowski, Łódzki, Łwowski, Poznański i Warszawski, którego granicami na północ i wschód są granice państwa polskiego.

Związki Okręgowe rozgrywają wiosną Mistrzostwa Okręgowe i jesienią — Mistrzostwo Polski. Do tego ostatniego stają jedynie zwycięskie drużyny z rozgrywek o mistrzostwo okręgowe.

Jeśli nasze przewidywania się sprawdzą, do rozgrywek o Mistrzostwo Polski w r. 1920 staną jesienią „Pogoń“, „Craovia“ (lub „Wisła“), „Warta“, „Łódzki Klub Sportowy“ i „Polonia“. Zmiany w składzie drużyn reprezentacyjnych mogą być oczywiście znaczne. Jednak najprawdopodobniej „Mistrzostwo Polski“ osiągnie „Pogoń“, drugie miejsce zajmie „Cracovia“, trzecie „Polonia“ ewentualnie „Warta“.

Oczywiście najsilniejszą jest obecnie „Polska Drużyna Olimpijska“, która składa się z najlepszych graczy „Pogoni“, „Cracovii“, oraz „Polonii“ i reprezentować będzie Rzeczpospolitą Polską na tegorocznej Olimpiadzie w Antwerpii. Tam walczyć będzie z reprezentacyjnymi drużynami Anglii, Danii, Finlandji, Szwecji, Holandji, Czech, Włoch i innych 24 państw, wśród których, wedle wszelkiego prawdopodobieństwa, zajmie po siedmiu kolejno wymienionych, ośme miejsce. Gaz. Warsz.

— Ze względu na **zwiększającą się śmiertelność noworodków** jakoteż ubytek porodów w Niemczech nawołuje Falkenheim w swym odczycie w Królewcu do zakładania poradni dla matek, ruchomych wystaw, kursów wędrujących, odczytów, schronisk dla niemowląt, tworzenia obwodowych urzędów opieki nad niemowlętami, jakoteż uregulowania kwestji alimentów. K.

— **Park gier i zabaw ruchowych dla młodzieży w Kołomyżi**, którego twórcą był dyrektor gimn. Skupniewicz, wyszedł szczęśliwie z zawieruchy wojennej. Obecnie tamtejsza Kasa oszczędności, w której p. Skupniewicz pełnił przez długie lata funkcje przewodniczącego, postanowiła park ten wziąć pod swój nadzór i opiekę i z czystych zysków bilansowych wydzielić rok rocznie odpowiednią kwotę na utrzymanie tego parku.

— **Amerykański Związek Młodzieży Chrześcijańskiej** powstał w 1844 r. Sprawozdanie z 1856 r. wykazuje już 329 związków z 30 360 członkami; sprawozdanie zaś z 1919 r. wymienia 2077 związków z 750 000 członkami i 107 830 300 dolarami w kasie. Rozwój więc Związku Młodz. Chrześc. p. n. YMCA. postępuje naprzód i rozległe ma przed sobą widoki.

Działalność YMCA. jest szeroka: zabawy ruchowe, kolonie letnie, kursa uzupełniające, pomoc bliźnim itp.

Podczas wojny wytrwale pracuje wśród żołnierzy, jeńców i w Czerwonym Krzyżu.

Do Polski przybył oddział YMCA w kwietniu 1919 r. Propaguje ideały zdrowia, dobra, piękna. M.

(Streszczono z art. prof. Lewickiego w „Gaz. Warsz.“)

— **Ulepszenie konstrukcji przyrządów gimnastycznych** udało się w znacznej mierze szwedzkiemu nauczycielowi ludowemu E. G. Eurénowi. Zbudował on przyścianki (*ribbstol*) w taki sposób, że się je z łatwością chowa do odpowiedniej szafy i ustawia na miejscu do ćwiczeń, oraz cieś (*bom*) chowany w filarze przy ścianie, tak, że oba przyrządy można zainstalować w sali, służącej poza gimnastyką i innym celom (klasa, sala zebrań i t. p.) *Svenskt Gymnastikblad*, z którego tę wiadomość czerpiemy, wyraża się o tym wynalazku bardzo przychylnie przez usta takiego znawcy, jak G. Moberg.

— **Walka z epidemią grypy.** Dotychczasową zasadą podczas epidemii jest zamykanie szkół na czas jej trwania. — Inaczej w szkołach publicznych w Chicago i New Yorku. Tamtejsi lekarze-higienisci wychodzą z założenia, że wychowawcy łatwiej zarażają się w niehigienicznych warunkach domowych, niż w szkole, gdzie istnieje kontrola sanitarna.

Dr. Friend w szkole w Hørsham zastosował następujące środki, zapobiegające grypie: Z rozpoczęciem zimy zredukowano do minimum łączność z pobliskimi miastem, w którym szerzyła się epidemia. Celem wzmocnienia odporności uczniów zwiększono im racje żywności i godziny snu, natomiast skrócono czas nauki i ćwiczeń fizycznych. Ponadto zarządzono dwukrotne płukanie gardła odkażającym płynem, a u 77% ogólnej liczby wychowañców zastosowano ochronną szczepionkę (Hunt'a). Rezultat był bardzo dobry, bo z liczby 800 wychowañców na zdeklarowaną hiszpankę zapadł 1 uczeń (zarażony nią na pogrzebie matki). Pozostałe 36 wypadków niedomagañ i dreszczów, klinicznie wzięwszy, nie były grypą. W tym samym okresie w personelu zakładowym było 18 wypadków grypy.

Zarządzenia profilaktyczne dra Frienda nasuwają uwagę, że zamykanie szkół nie może być regułą, ale tylko ostatecznością. G.

(Streszczono z art. dra Rosenfelda w „Gaz. Lekarskiej“.)

— **Wpływ szkoły na cierpienia dróg oddechowych** omawia prof. Czerny w *Medic. Klinik*. W pierwszym rzędzie zastanawia się nad przerostem migdałów, zwracając uwagę na szkodliwość oddechania ustami, co powoduje zwiększone pragnienie (picie wody na pauzach) jakoteż zwiększa szkodliwość wdechiwania pyłu w klasach, wywołuje obłożenie języka i brak apetytu, a także bóle głowy i zatrzymanie postępu w nauce, chociaż znowu z drugiej strony jest stwierdzonym że właśnie umysłowo upośledzone dzieci cierpią z reguły na przerost migdałów. Przy przeroście migdałów gardłanych powiększone są gruczoły za mięśniami mostko-sutko-objęzowym, zaś przy podniebiennych gruczoły przed mięśniami i pod szczęką. Przechodząc do klatki piersiowej zwalcza Czerny pewne utarte szablony a należy do nich modna obecnie a często bezmyślna gimnastyka klatki piersiowej, zupełnie bezcelowa, zwłaszcza jeżeli ćwiczenia oddechowe prowadzi nauczyciel w klasie do tego pełnej kurzu podczas nauki. Czerny nie wierzy by te ćwiczenia wpływały cokolwiek na rozwijanie się płuc. O wiele więcej pomoże tu np. zwalczanie krzywicy i. t. p. Przesadza się też w ocenianiu stanu płuc z budowy klatki piersiowej a ważniejszym chyba jest dowiedzenie się czy przypadkiem dziecko nie styka się w domu z osobami gruźliczemi. Przesadzają też ci którzy żądają by każde kaszlące dziecko wstrzymał nauczyciel bez badania lekarskiego od uczęszczania do szkoły. K.

— **Oddania zupełnego wychowania fizycznego** w ręce szkoły domaga się Pfister (*Munch. med. Woch.* 1919 Nr. 52). Należy wprowadzić do planu nauki szkolnej nie tylko gimnastykę i lekką atletykę ale także sporty i gry jak piłkę nożną (Rukby) i Kriket. K.

— **Dobrodziejstwa seroterapeutyki jako zbawiennego środka przeciw dyfterytowi.** Louis Martin w Akademii medycznej paryskiej przedstawił następujące rezultaty z 25-letniego okresu liczenia dyfterytu zapomocą surowicy. Przed wprowadzeniem tej metody śmiertelność na dyfteryt wynosiła na 100.000 mieszkańców przeszło 50, obecnie dochodzi, najwyżej do 20, a w większości przypadków tylko do 10-ciu. Statystyka z 4-ch lat przed roku 1893 wykazuje śmiertelność w szpitalach dziecięcych od 51 do 75 proc., które obecnie zniżyły się do 10 — 15 proc. W czasie wojny w armji nie wynosiła ponad 2 — 2,4 proc. Podczas dwudziestopięciolecia poprzedzającego seroterapeutyki w Paryżu dyfteryt pochłaniał rocznie 1432 ofiary, gdy dzisiaj w tym samym przeciągu czasu wypadków śmiertelności na dyfteryt nie bywa ponad 130. Te dane mówią dość przekonująco, by zrozumieć doniosłe znaczenie tej metody leczenia za pomocą serum.

Dawniej dyfteryt ciężki, toksyczny był nadto uleczalnym. Dzisiaj za pomocą surowicy osiągamy wspaniałe rezultaty rozpuszczając serum w dziewięciokrotnej objętości wody fizjologicznej i powoli je zastrzykując.

(*Medecine Scolaire*).

G.

Dr. St. Kopczyński. *L'Inspection médicale des écoles et le mouvement d'hygiène scolaire en Pologne* (No. 3-4, pp. 59-66, No 5-6, pp. 119-124). C'est un chapitre destiné pour un manuel universitaire d'hygiène scolaire, rédigé par l'auteur, et dont un abrégé paraîtra sous peu dans la „Médecine Scolaire“ (Paris, réd. Dr. Dufestel). La résurrection de la Pologne indépendante a exercé une influence des plus favorables aussi dans le domaine de l'hygiène scolaire. On créa, au sein des Ministères de Santé et de l'Instruction publique, des Services d'hygiène scolaire (l'auteur est le chef du plus important d'eux) qui ont réussi à introduire peu à peu des médecins inspecteurs dans la plupart des écoles secondaires et des écoles primaires urbaines. On confia, en outre, aux médecins cantonnaux l'inspection des écoles rurales. Dans les grandes villes, on introduisit des spécialistes (dentistes et oculistes), et on a fait des expériences fort encourageantes avec des *School Nurses*. Toute une littérature d'instructions, de formulaires, livres sanitaires d'écoles etc., tâche de rendre tout ce travail uniforme et de populariser les notions d'hygiène parmi les pédagogues et les parents. Quant aux programmes, ces Services ont le mérite d'avoir élargi la gymnastique à raison d'une demi-heure chaque jour, plus deux après midi pour les jeux, ainsi que d'avoir organisé l'enseignement d'hygiène. Notre plus grand souci constituent les bâtiments scolaires dans la partie ex-russe du pays, où le gouvernement du tsar avait aboli l'instruction obligatoire dès 1851, et les cantines scolaires pour les régions dévastées par la guerre.

S. Sedlaczek. *Les Éclaireurs en Pologne* (No. 5-6, pp. 114-119). L'auteur (chef du Quartier Général des Éclaireurs polonais) donne un bref aperçu sur le développement du scoutisme et de ses résultats en Pologne. L'histoire du mouvement remonte à 1910, mais son développement était entravé avant la guerre; formellement interdit et clandestin dans la Pologne russe, partiellement interdit dans la partie prussienne du pays, il subissait des atteintes du gouvernement autrichien pour lui faire suivre des buts contraires à l'idée nationale... Aussitôt après la résurrection de la Patrie (à laquelle les Éclaireurs ont rendu des services remarquables surtout aux jours des combats décisifs contre les envahisseurs), toutes les organisations ont formé l'unique Union des Éclaireurs polonais (*Związek Harcerstwa Polskiego*) avec le célèbre général Ha'ller comme Éclaireur-en-chef. Cette Union compte 30.000 membres environ, repartis en 75 troupes sur toute l'étendue de la République et à l'étranger (siège: Varsovie, Al. Ujazdowskie, 37/12). Le travail est mené tout-à-fait d'après les principes du gén. Baden-Powell, et si le niveau est encore inférieur au prototype britannique, c'est la conséquence inévitable de la guerre qui nous prend les meilleures forces, en laissant à la tête des troupes des jeunes hommes inexpérimentés. Nos Éclaireurs font peut-être plus de gymnastique qu'ailleurs, en se basant sur le système Ling. On demande un serment d'abstinence absolue des boissons alcooliques et du tabac non seulement aux garçons, mais aussi aux instructeurs. Les jeunes filles forment des troupes à part, subordonnées pourtant aux mêmes autorités centrales que celles des garçons. On est maintenant en train de préparer la participation à la fête mondiale du scoutisme à Londres.

Redakcja prosi autorów artykułów oryginalnych o nadsyłanie krótkich streszczeń po francusku (lub przynajmniej po polsku), aby na przyszłość takie *résumés* ukazywały się równocześnie z samymi artykułami. Wprowadziliśmy tę nowość na życzenie bratnich czasopism zagranicznych.

## LWOWSKI TYGODNIK LEKARSKI

urzędowy organ Tow. lek. lwowskiego i Tow. lekarzy galicyjskich, zawiera prócz oryginalnych artykułów, sprawozdania poglądowe, z piśmiennictwa polskiego i zagranicznego oraz z ruchu naukowego i społecznego działu lekarskiego w Polsce. Tygodnik przeznaczony jest w pierwszym rzędzie dla lekarza praktyka. — Tygodnik rozpoczynający 10 rok istnienia, wychodzi na razie raz na miesiąc z powodu niezwykle obecnie wysokich wydatków wydawniczych. Przedpłata roczna wynosi 50 K. = 40 Mk.

Adres Administracji Dr. Bocheński, Akademicka 21.

„CZERWONY KRZYŻ“ Dwutygodnik pod red. dr. J. Zawadzkiego.

Pismo to poświęcone wszystkim gałęziom działalności Czerwonego Krzyża, prócz artykułów z dziedziny medycyny wojskowej, szpitalnictwa i t. p. zawiera **szczegółowe spisy poległych**. — Cena prenumeraty: rocznie 30 mk., półrocznie 15 mk., kwartalnie 7,50 mk. Cena oddzielnego egzemplarza mk. 2. Prenumeratę i ogłoszenia przyjmuje redakcja i administracja pisma — Mazowiecka 9.

# „Odbudowa kraju“

IV-ty rok istnienia.

Miesięcznik, poświęcony sprawom gospodarstwa narodowego.

ukazuje się w Warszawie pod redakcją dr. Leona Władysława Blegelaisena. Jedyny w Polsce miesięcznik, w którym omawiane są zagadnienia ze wszystkich dziedzin życia gospodarczego. Najwybitniejsi ekonomiści, prawnicy, technicy i publicyści biorą udział w jego wydawaniu. — Do „ODBUDOWY KRAJU“ będą w rb. załączone dodatki w postaci „Przeglądu gospodarczego polsko-angielskiego“ i Biuletynu polskiego Tow. „Socjalistycznego“. — Prenumerata rocznie wynosi mk. 100, półrocznie mk. 55, kw. 30. Numer pojedynczy mk. 10. Roczniki z lat poprzednich można nabyć w redakcji. — Adr. Redakcji: Królewska 16. Admin. — Tow. Akc. „Reklama Polska“, ul. 57-30. W Poznaniu: Filja Reklamy Polskiej pl. Wolności 6.

Prenumerata  
kwart. 12 mk.

## »HARCERZ«

Prenumerata  
kwart. 12 mk

»HARCERZ« wychodzi co tydzień. W każdym numerze: gawęda Przedwodniczącego Związku druha Strumilly, wskazówki dla zastępowych pióra St. Sedlaczka, artykuł techniczny, „Nowiny“ skautowe z całego świata, wiele ilustracji. — Prenumerata miesięczna 6 marek, półroczna 32 marki. Adres Administracji obu pism: Warszawa, Traugutta 2. — Adres Nacz. Z. H. P. i Redakcji: Warszawa, Aleje Ujazdowskie 37 m. 12.

### Podwyższenie przedpłaty i wkładki założycielskiej.

Pół roku mija od powołania do życia „WYCHOWANIA FIZYCZNEGO“, a warunki wydawnicze (cena papieru i druku) zmieniły się do niepoznania. Cenę przedpłaty i wysokość wkładki założycielskiej ustanowiliśmy jak najniższą, aby udostępnić czasopismo szerokim kołom nauczycielstwa. Dziś pracujemy już czas dłuższy z niedoborem i nie podaliśmy podjętym wobec społeczeństwa obowiązkom bez zasadniczej w tej mierze zmiany. Sądzimy też, że nikogo nie zdziwi zupełnie w tych warunkach skromna podwyżka o 100%, do której ograniczamy się jedynie w nadziei dalszej pomocy czynników rządowych i społecznych.

Odąd zatem przedpłata będzie wynosić: rocznie 60 mk., półrocznie 32 mk., jeden numer 6 mk.; wkładka założycielska zaś jednorazowo 200 mk. Nadto zmuszeni jesteśmy usilnie prosić także wszystkich dotychczasowych założycieli i prenumeratorów, aby jak najrychlej nadesłali kwotę uzupełniającą do powyższej wysokości (pod adresem księgarni Niemierkiewicza, Poznań, pl. Wolności).

### WYDAWNICTWO.

**TREŚĆ:** Prof. dr. E. Piasecki. Przegląd krytyczny najnowszych systemów gimnastycznych. — St. Sedlaczek. Harcerstwo w Polsce. — Dr. St. Koczynski. Nadzór lekarski nad szkołami i ruch higieniczno-szkolny w Polsce (dokończ.) — Dr. T. Jaroszyński. Z psychologii sportu i ćwiczeń fizycznych (dok.) — Nowe książki (Binet, Tissie, Thulin, Hipp). — Z Czasopism (patologia, propaganda zasad higieny szkolnej, higiena nauczania, wychowanie fiz. szkolne, wych. fiz. wojskowe). — Z towarzystw, instytucyj i zjazdów (Z posiedzeń mies. lek. szkolnych, Wydział gimnastyczny, Polski Związek narciarski, Zjazd towarzystw kolonij letnich, Pol. Kom. Igrzysk Olimp.). — Ustawy, rozporządzenia i przepisy (Najważniejsze przepisy higieniczne, Wykłady higieny w szkołach średnich). — Notatki bibliograficzne. — Kronika.

**Sekretariat Redakcji w Poznaniu:** kap. Wal. Sikorski, Uniwersytet, Coll. majus, p. 7/8.

**Sekretariat Redakcji w Warszawie:** Sekcja wychowania fizycznego Tow. Nauz. Szkół Wyż., Bracka 18.

**Skład główny, Administracja i Ekspedycja:** Poznań, Księgarnia Niemierkiewicza (plac Wolności).

**Warunki przedpłaty:** rocznie 60 mk., półr. 32. — , jeden numer 6. —

**Ogłoszenia:** stronica 400,— mk., 1/2 str. 200,— mk., 1/4 str. 100,— mk.