

WYCHOWANIE FIZYCZNE

RED. NACZ.: PROF. E. PIASECKI, POZNAŃ, CHEŁMOŃSKIEGO 20, II.

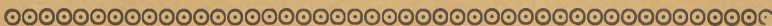
KWARTALNIK POŚWIĘCONY HIGJENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ, ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMJI I STOWARZYSZENIACH, ORGAN KOMISJI LEKARSKIEJ TOW. PRZYJACIÓŁ NAUK, STUDJUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO UNIWERSYTETU POZNAŃSKIEGO, POLSK. ZWIĄZKU SOKOLEGO, KÓŁ LEKARZY SZKOLNYCH, SEKCYJ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO T. N. S. W., ZWIĄZKU HARCERSTWA POLSKIEGO, ZJEDN. MŁODZ. POLSKIEJ I INNYCH ZRZESZEŃ.



„WYCHOWANIE FIZYCZNE“ (EDUCATION PHYSIQUE)

revue trimestrielle consacrée à l'hygiène scolaire et à l'éducation physique, bulletin de l'Institut Supérieur d'Education Physique à l'Université de Poznań et de plusieurs Associations, rédacteur en chef: Dr. E. Piasecki, professeur à l'Université de Poznań (Pologne), ul. Chełmońskiego 20, II.

Résumé français voir page 273



TREŚĆ NUMERU:

Z prac XII Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich (Prof. Dr. K. Jonscher, O przeciążeniu młodzieży szkolnej. — Dr. Szuman, Jak lekarze szkolni mogą przeciwdziałać przeciążeniu uczniów nauką szkolną. — Dr. J. Oziebłowski, W sprawie przeciążenia młodzieży szkolnej. — Prof. Dr. St. Ciechanowski, Powszechne wychowanie fizyczne jako podstawa przygotowania ludności do wojny. — Tenże, Rola lekarza w wychowaniu, w szczególności w wychowaniu fizycznym. — Doc. Dr. T. Jaroszyński, Rola psychologa w wychowaniu fizycznym. — Prof. Dr. E. Piasecki, Wychowanie fizyczne w szkołach akademickich. — Ppłk. Dr. Wł. Osmólski, Poradnie sportowe. — Wzyl. Z. Wyrobek, Organizacja gier ruchowych w Rzpltej. — Prof. gimn. F. Fidziński, Koła sportowe młodzieży szkolnej.) — Z organizacji i metodyki ćwiczeń (Dr. T. Strumiłło, Uwagi o obozach letnich przysposobienia wojskowego młodzieży.) — Oceny książek (Don Rufino Blanco y Sanchez, René Ledent et Lucien Wellens, Dr. Eug. Piasecki, Mjr. Dr. Wł. Missiuro, Dr. Gaulhofer i Dr. M. Streicher, Bess M. Mensendieck, Dora Menzler, M. Germanówna, Biblioteka gier sportowych). — Streszczenia (Dr. R. Ledent, Dr. M. Boigey, Dr. Bellin du Coteau, Dr. F. Deutsch i Dr. E. Kauf, A. Jegorow, Caesar u. Schaal, Walter R. Miles). — Z towarzystw, instytucji i zjazdów (Z posiedzeń lekarzy szkolnych w Wydziale Hig. Szk. i Wych. Fiz. Min. W. R. i O. P., Z Sekcyj Wychowania Fizycznego T. N. S. W., Olimpijski Kongres Pedagogiczny w Pradze, Pomoc dla akademików). — Z ruchu ćwiczebnego (Święto sportowe młodzieży szkolnej, lato 1925 r.). — Kronika.

OD REDAKCJI I ADMINISTRACJI:

Składkę założycielską uiszczył prof. gimn. J. Fi gna, Kraków. Dalsze ofiary i subwencje jakoteż składki założycielskie (100 zł.) prosimy wpłacać na konto Pocztowej Kasy Oszczędności Nr. 200 822.

Sekretariat Redakcji i Administracja: Poznań 3, Ogród Botaniczny, Studium Wychowania Fizycznego, tel. 66-21.

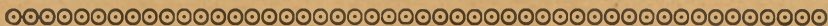
Skład główny: Księgarnia św. Wojciecha, Poznań, pl. Wolności. — Książnica-Atlas, Warszawa, Nowy-Świat 59.

Warunki przedpłaty: $\frac{1}{2}$ rocznie 5 zł., rocznie 10 zł.; jeden zeszyt 3 zł. Dla członków Sekcyj Wych. Fiz. T. N. S. W., studentów i kursistów w. f. 40⁰/₀ opustu (przy odbiorze najmniej 10 egz.).

Składka założycielska 100 zł. — **Ogłoszenia** według umowy.

Następny zeszyt wyjdzie 1 stycznia 1926; artykuły i notatki prosimy przysłać najpóźniej do połowy grudnia.

Ceny roczników etc. patrz str. 272.



WYCHOWANIE FIZYCZNE

Czasopismo poświęcone higienie szkolnej i wychowawczej, oraz kształceniu cielesnemu w domu, szkole, armji i stowarzyszeniach, organ Komisji Lekarskiej Tow. Przyjaciół Nauk, Studium Wychowania Fizycznego Uniw. Pozn., Polskiego Związku Sokolego, Kół Lekarzy Szkolnych, Sekcyj Wych. Fiz. T. N. S. W., Związku Harcerstwa Polskiego i innych zrzeszeń.

Redaktor naczelny: Prof. E. Piasecki, Poznań, Chełmońskiego 20, II. piętro.

Z prac XII Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich

(Warszawa, lipiec 1925).

Prof. Uniw. K. Jonscher, Poznań.

O przeciążeniu młodzieży szkolnej.

(Referat programowy).

Szkoła, wywierająca swój wpływ na ustrój dziecka w ciągu długiego szeregu lat, jest jednym z tych czynników, które decydują o jakości przyszłego pokolenia, o jego wartości fizycznej, moralnej i umysłowej. Zdają sobie z tego sprawę wszyscy, którzy w jakikolwiek sposób stykają się z tem zagadnieniem, a więc rodzice, pedagodzy, lekarze, politycy i t. d.; rzadko spotkać można człowieka, którego ta sprawa nic nie obchodzi. A że zagadnienie jest niezmiernie trudne, rozległe — każdy stara je się rozwiązać ze swego punktu widzenia: inaczej zapatruje się ojciec i matka, inaczej nauczyciel lub lekarz. W takich warunkach naturalnie trudno jest dojść do zupełnego porozumienia co do najbardziej celowego zorganizowania szkolnictwa.

Jednym z zagadnień, będących stale na porządku dziennym wszelkich rozpraw o szkolnictwie, jest sprawa przeciążenia młodzieży szkolnej. I obawiać się należy, że nieprędko jeszcze nadejdzie dzień zupełnego porozumienia w tej sprawie wszystkich czynników miarodajnych, ku pożytkowi młodzieży i całego społeczeństwa. Sprawa ta interesuje mnie wybitnie, jako klinicystę-pediatrę i spostrzeżeniami memi chciałbym się z Państwem podzielić.

W jakim sposobie reagują dzieci na sumę tych wszystkich wymagań, jakie im stawia szkoła w warunkach obecnych?

Zarówno rozważania teoretyczne, jak i spostrzeżenia praktyczne nakazują nam tutaj pewien podział dzieci na kategorie, których granice są naturalnie płynne, trudne do ścisłego ustalenia: 1) dzieci zdrowe, silne; 2) dzieci zdrowe, wątłe; 3) dzieci chore. Z tej ostatniej kategorii wyklucza się naturalnie cierpienia ostre, przemijające, które dla nas nie wchodzi w rachubę.

W każdej z tych kategorii musimy, naturalnie, rozważając stosunek dzieci do szkoły, uwzględnić oddzielnie dzieci zdolne od niezdolnych. Następnie w toku naszych rozważań będziemy również brali pod uwagę wiek i płeć dzieci.

Dziecko zdrowe zupełnie i zdolne jest naturalnie w wyjątkowo dobrym położeniu: wymagania szkolne obecne, a było tak zawsze i wszędzie, nie obarczają go zupełnie, zwłaszcza odrabianie lekcji w domu jest tutaj rzeczywiście zredukowane do minimum. I to jest stale wysuwane na dowód, że wymagania szkoły nie mogą być za duże, skoro istnieje taka kategoria dzieci. Musimy się jednakże wszyscy zgodzić na to, że takich dzieci zdrowych było zawsze niewiele w środowiskach miejskich, w szkołach średnich, a obecnie jest ich znacznie mniej, niż przed wojną. Zubożenie ogólne, ogólne obniżenie się stanu zdrowotnego nie mogło nie wywrzeć tutaj decydującego wpływu. Dzieci zdrowych i zdolnych jest naturalnie jeszcze mniej.

Znikomość wysiłku niezbędna dla pokonania zadań szkolnych stwarza jednak dla tych dzieci niebezpieczeństwo w dwóch kierunkach, zaznaczające się z natury rzeczy w zna-

cznie większym stopniu u chłopców niż u dziewcząt. Po pierwsze dziecko takie odzwyczajają się od systematycznej pracy. Niema potrzeby podkreślać szkodliwości tego faktu. Dziewczynki, więcej systematyczne i obowiązkowe, znajdują i w tych warunkach możliwość zupełnie wystarczającej pracy, zwłaszcza że są one zwykle więcej od chłopców obarczane przez rodziców zajęciami pozaszkolnymi. Drugiem niebezpieczeństwem jest konieczność zużytkowania przez te dzieci, znowu zwłaszcza przez chłopców, tego pewnego nadmiaru energii, którym rozporządzają. Zwłaszcza u dzieci starszych stworzenie zainteresowania ćwiczeniami cielesnymi, sportem, wywiera zbawienny wpływ. Jest to w naszych warunkach jedyna, zdaje się, kategoria dzieci, mogących oddać się sportom bez szkody dla swych postępów w szkołach. Dziewczynki znajdują się pod tym względem u nas w daleko gorszym położeniu od chłopców: nie wytworzyła się u nas jeszcze, niestety, atmosfera zachęcająca dziewczynki, zwłaszcza starsze do uprawiania sportów, często nie czują one też nawet żadnego zainteresowania w tym kierunku: jakże często jedynym ruchem na świeżem powietrzu jest dla starszych pensjonarek ten tradycyjny spacer po ulicach miasta. Młodsze korzystają przynajmniej z tego przywileju, że mogą się wybiegać i wyhasać podczas krótkich przerw w zajęciach szkolnych. Słyszę już twierdzenie, że jeżeli tak jest, to szkoła ponosi winę tylko częściowo, że winę główną należy przypisać rodzinie. Takie rozumowanie jest jednak niesłuszne, stwarza błędne koło, z którego nigdy nie wyjdziemy. Bo dorosłych zdołamy odmienić tylko w wyjątkowych przypadkach, ci nienawróceni dorosli nie wpłyną naturalnie w pożądany sposób na swe córki. A jeżeli szkoła nie potrafi wytworzyć odpowiedniej atmosfery pożądania sportów w szkołach żeńskich, to będziemy mieli nową generację mamusi, uważających sporty za coś niepotrzebnego dla dziewczynek, jeżeli nie za coś zdrożnego.

W gorszych warunkach od poprzednich znajduje się kategoria dzieci zdrowych, silnych, lecz mniej lub mało zdolnych, zmuszonych czynić mniej lub więcej po-

ważne wysiłki dla podołania wszystkim wymogom szkoły. Wysiłek jest tu często bardzo duży: dziecko po odsiedzeniu 5—6 godzin w szkole (i to zwykle od najmłodszych poczynając), wraca do domu, spożywa obiad i bezpośrednio potem zasiada do odrabiania zadanych lekcyj, co trwa bardzo często do późnego wieczora. Niema czasu na odpoczynek, niema czasu nawet na zwykły spacer, nie mówiąc już o jakimkolwiek sporcie. I tutaj znowu mniej naogół obowiązkowi i łatwiej wysuwający się z pod kontroli chłopcy znajdują się w lepszym położeniu od dziewczynek. Zdrowy organizm dziecka znosi zwykle przez czas dłuższy tę wyczerpującą pracę, często przez cały czas pobytu w szkole średniej, bez wykazywania poważniejszych zaburzeń w stanie swego zdrowia. Występują one jednak z chwilą, gdy ustrój ten zostanie przejściwo osłabiony przez przebycie np. jakiejś choroby zakaźnej, lub, co się zdarza częściej, w chwilach fizjologicznego osłabienia odporności. Tak można bowiem nazwać stan w jakim się ustrój dziecięcy znajduje co roku na wiosnę¹⁾, a następnie w okresie pokwitania. W obu tych razach obok ogólnego osłabienia widzimy bardzo znaczne osłabienie układu nerwowego, tem wyraźniejsze naturalnie, im więcej i im dłużej dziecko było przedtem przemęczone. Wpływ tych czynników zaznacza się, naturalnie w większym jeszcze stopniu u dzieci następnej kategorii, a zwykle bywa niedoceniany lub wogóle niebrany pod uwagę. Bo czyżby było możliwe inaczej, że właśnie wtedy na wiosnę wcinamy od dzieci największego wysiłku umysłowego i nerwowego podczas egzaminów popisowych, wstępnych lub końcowych.

I wtedy my pedjatrzy widzimy te dzieci, i w większości przypadków jesteśmy bezsilni: bo na udzieloną radę zmniejszenia wysiłku i pracy, otrzymujemy w 9 przypadkach na 10 odpowiedź, że to jest niemożliwe, bo on, wzgl. ona muszą przejść do następnej klasy.

Wszystkie te trudności i dolegliwości uwydatniają się w znacznie spotęgowanym stopniu, gdy chodzi o dzieci następ-

¹⁾ Takie stany widzimy na wiosnę równie stale, jak krzywicę i tężyczkę.

nej kategorii, o dzieci s ł a b o w i t e, w ą t ł e. A tych jest niewątpliwie w każdej szkole średniej znaczna większość.

Tutaj już dziecko zdolne nie zawsze bezkarnie może sobie dać radę z wymogami szkolnymi. Pomyślmy tylko: dziecko, a zwłaszcza dziecko w ą t ł e, stworzone dla światła, powietrza, słońca i ruchu, zamykamy dzień w dzień na 5—6 godzin (nawet w niższych klasach) w niezawsze higienicznym budynku i każemy siedzieć spokojnie. Prawda, nie wszystkie godziny są wypełnione przez lekcje „męczące”, część wypełnia śpiew, robótki i t. p., część w programie ministerjalnym wypełniona jest przez zajęcia praktyczne. To ostatnie pozostaje zwykle na papierze z powodu bardzo prostego — niemożności w warunkach obecnych stworzenia odpowiednich warsztatów pracy. Umysł dziecka, tak jak i jego mięśnie, znosi lepiej krótki, nawet większy wysiłek niż wysiłek długotrwały — a takiego wymaga szkoła. Ale nawet gdyby dziecko przez całych tych 5—6 godzin nie potrzebowało zupełnie pracować umysłowo, gdyby uporczywie przez nieuwagę starało się nie dopuszczać do siebie nadmiaru wrażeń, nawet wtedy dziecko byłoby znużone tym długotrwałym pobytem w szkole (*malmenage*) francuskich autorów).

A to przecież dopiero część pracy dziennej. Dziecko mniej zdolne czeka jeszcze długa nieraz nauka w domu. Gdy dzieci silne, zdrowe przez czas dłuższy znoszą bezkarnie ten nadmiar pracy, dzieci omawianej obecnie kategorii wyczerpują się łatwiej. Pod koniec tygodnia ilość dzieci nieprzybywających do klasy zwiększa się; to samo daje się zauważyć pod koniec kwartału. W tych warunkach stosunek sił ucznia do wymagań szkolnych zmienia się raptownie na niekorzyść pierwszych. I tutaj zaczyna się prawdziwa Kalwarja wieku dziecięcego. I dziwna rzecz, długoletnia trąsura doprowadziła do tego, że nawet rodzice rozsądni, dbali bardzo o zdrowie swych dzieci, tak są zasugerowani tą bezwzględną koniecznością przewyciężenia tych trudności i przepychania dziecka dalej, że sami czynią ku temu wszelkie wysiłki i wymagają tego od dziecka, zdając sobie sprawę ze szkody, jaką to przynosi dziecku.

Pedjatra, którego pytają o radę, zaleca krótszy lub dłuższy odpoczynek, świeże powietrze, odżywianie, spokój i t. p. Lecz to nie rozwiązuje sprawy, gdyż po tej przerwie wszystko powraca do dawnego stanu rzeczy.

Zaburzenia w ustroju dziecka są naturalnie tem większe, im dłużej przeciąga się nauka, im dziecko jest starsze, im wymagania szkolne są stosunkowo większe.

Istnieją tylko dwa wyjścia z tej zawikłanej sytuacji: albo dziecko dobrnie wreszcie do celu, do tej upragnionej matury, ale z nadwątlonem jeszcze więcej zdrowiem (zwłaszcza maturzystki), albo też pozostanie w tyle bez możliwości pójścia dalej, zmuszone opuścić szkołę ze zdrowiem również nadszarpniętem, zniechęcone, niezawsze zdolne do pójścia po nowej drodze.

A że ilość tych „zimujących“ jest niekiedy zastraszająco duża, tego dowodzi np. fakt, że w jednym z gimnazjów w Poznaniu w roku bieżącym z 30 uczniów 6 klasy nie przeszło do 7 aż 16, dosłownie szesnastu. Tutaj przecież coś musi być nie w porządku. Maturzystów na 34 nie zdało pięciu.

W drugim gimnazjum w Poznaniu z każdej klasy w ciągu roku ubywa do 5 uczniów, w dwóch oddziałach klasy V mamy na początku roku szkolnego 58, w klasie VI — 36, VII — 26, VIII — już tylko 17. Jakiż szalony wysiłek moralny, umysłowy i materialny ze strony społeczeństwa, szkoły i uczniów idzie tutaj na marne, na niedokształcenie takiej licznej rzeszy, ze wszystkimi ujemnymi stronami tego faktu.

Muszę tutaj zaznaczyć, że umyślnie nie wchodzę w szczególności spotykanych tutaj zaburzeń w stanie zdrowia tych dzieci, gdyż musiałbym w takim razie wyłożyć z nielicznymi wyjątkami całą patologję dzieci wątłych a przemęczonych, a o najtypowszych przejawach tego stanu, jak o niewysypianiu się, braku łaknienia, niedokrwistości i t. d., tyle już pisano i dyskutowano, że nie potrzebuję już nad tem się rozwodzić.

Trzecią naszą kategorię stanowią *dzieci chore*. Możemy sobie dobrze wystawić, jak one reagują na warunki życia

szkolnego, mając w pamięci wszystko powiedziane wyżej o dzieciach słabowitych¹⁾.

Spotka mnie napewno w dyskusji zarzut, że w zbyt czarnych barwach maluję cały obraz życia szkolnego i jego wpływ na stan zdrowotny dzieci, że stykając się jako klinicysta głównie z dziećmi wątłemi i choremi, zbyt uogólniam te spostrzeżenia, że w rzeczywistości sprawa nie przedstawia się tak groźnie.

A jednak tak jest rzeczywiście. Niedawno odbył się w Poznaniu zlot Sokolstwa Wielkopolskiego, czyli młodzieży, uprawiającej ćwiczenia fizyczne w stopniu wyższym od przeciętnej naszej normy. Przyglądałem się temu pochodowi, i ogarnął mnie smutek i przerażenie: taki widziałem zły stan zdrowotny ogółu uczestników pochodu, tak słaby rozwój fizyczny. I jednocześnie przyszło mi na myśl, że jakiś nasz wróg zawzięty, patrząc na to, musiał się w duchu rozradować.

Z tem ogólnem obniżeniem się sprawności fizycznej liczą się też nasi politycy przy planowaniu obrony naszego kraju. Mam przed sobą broszurę posła prof. Stefana Dąbrowskiego p. t.: „O powszechnym obowiązku służby wojskowej w Polsce“. Czytamy tam, że „wyrwa, jaką zrobiła wojna w rozwoju ludności Polski, wynosi 7,800.000, czyli blisko 22% tej ilości, która w normalnych czasach żyłaby w Polsce“. A dalej: „A zatem mamy przed sobą 12 (1924—1935) roczników, które wojna zastrąca i osłabiła, dwanaście lat, które nas dzielą od okresu krytycznego (1936—1940), kiedy już będzie wyraźny niedobór spowodowany brakiem urodzeń, słowem 12 lat słabszych fizycznie roczników, a po nich pięciolecie anemji i niedoboru w kontyngencie, razem 17 lat ciężkiego stanu rocznika wojskowego“.

A weźmy drugą połowę młodzieży, żeńską: dopóki jej wychowanie umysłowe będzie w dotychczasowym stopniu

¹⁾ Główną rolę odgrywa tutaj naturalnie gruźlica. Nie wiem dokładnie, jak się ta sprawa przedstawia obecnie w innych dzielnicach Polski, ale w Wielkopolsce sprawa pod tym względem stoi bardzo źle. Gruźlica jest tam bardzo rozpowszechniona, nawet w zamożnych sferach ziemiańskich, czyniąc odpowiednie szczyby w szeregach młodzieży.

usuwało na dalszy plan wychowanie fizyczne, dopóty nie będziemy mieli zdrowej ludności.

A teraz w krótkości zwróćmy uwagę na te punkty, które powodują to niewątpliwe przeciążenie naszej młodzieży w szkołach średnich i których usunięcie mogłoby poprawić dzisiejszy stan rzeczy.

1. Przyczyny niezależne od władz szkolnych i Ministerstwa:

- a) złe warunki ekonomiczne, mieszkaniowe, dojeżdżanie dzieci do szkoły i t. d., nie potrzebuję tutaj wchodzić w szczegóły,
- b) obniżenie się poziomu etycznego całego społeczeństwa, co stwarza atmosferę niesprzyjającą dla racjonalnej pracy w szkole,
- c) przewartościowanie warstw społecznych, które sprawia, że poziom intelektualny uczniów w klasie jest bardzo różnorodny, że materiał, z którym nauczyciel ma do czynienia jest niejednakowy, często mało podatny, nawet przy jednakowych wiadomościach faktycznych. Fakt ten ma jeszcze ten ujemny wpływ, że w warunkach takich trudniej dochodzi do stworzenia z tego zespołu dzieci jednej „klasy” jako ciała zbiorowego.
- d) brak wciąż jeszcze dostatecznej współpracy szkoły z rodzicami. Obie strony robią sobie tutaj wzajemne zarzuty, za mało uzgodniają swe wysiłki. Np. sprawa dodatkowego nauczania pozaszkolnego rzadko jest załatwiona po porozumieniu zobopólnem, zwykle przez rodziców na własną rękę.

2. Przyczyny zależne od Ministerstwa Oświaty i władz szkolnych:

- a) Zbyt obszerny program szkolny. Podkreślają to jednogłośnie wszyscy nauczyciele. Weźmy np. program gimnazjum matematyczno-przyrodniczego; znajdziemy tam tak szeroko nakreślony plan wykładania przyrodznawstwa, że byłbym bardzo zadawolony, gdyby studenci medycyny przychodzili do klinik z takimi wiadomościami po dwóch latach nauk teoretycznych.

A na str. 65 programu gimnazjum klasycznego znajdujemy jako lekturę szkolną z historii dla klasy VII pomiędzy innymi: konstytucję belgijską, deklarację francuską o prawie do pracy 1848 r., ordonanse Karola X i t. d. Mam wrażenie, że zaznajamianie się z takimi dokumentami jest konieczne przy opracowywaniu naukowem danej epoki, ale jako lektura szkolna obarcza zarówno nauczyciela jak i ucznia. A to tem bardziej, że od nauczycieli wymaga się bezwzględnie wyczerpania tego szeroko zakreślonego programu.

Dla odciążenia uczniów, Ministerstwo zamiast prostego, zdawałoby się, zredukowania wymagań, wydaje rozporządzenie, by jednego dnia w tygodniu nie zadawano lekcyj na dzień następny i dnia tego nie pytano uczniów. W rezultacie mamy rozłożenie tej samej masy materiału na mniejszą ilość dni, bo program musi być wyczerpany.

Przez ustalenie tego programu i żądanie jego wyczerpania, zmusza się pedagogów do nauczania wielu rzeczy powierzchownie, zamiast zdrowej zasady: mało, lecz dobrze. A uczniowie? Cierpi na tem ich zdrowie, mało zyskuje wykształcenie, a wpływ wychowawczy takiego traktowania sprawy jest bynajmniej niepożądany.

Polecenie ustawiczne metody heurystycznej, bez możności racjonalnego jej wykonywania powoduje, że metoda ta wymagająca wiele czasu, nie pozwala w przepisanej ilości godzin na wyczerpanie pensum. Nauczyciel wyczerpuje tylko część tegoż, a resztę poleca uczniowi przerobić w domu.

Jestem głęboko przekonany, że cały program średnich szkół żeńskich powinien podlec gruntownej rewizji — dostosowaniu do umysłowości i zadań kobiety.

- b) Rozległość programu pociąga za sobą fatalne wprowadzenie sześciogodzinnego przesiadywania w szkole, nawet w najniższych klasach, co powinno być bezwzględnie skasowane w myśl tego cośmy powiedzieli wyżej. Pięć godzin powinno być tem maximum, którego przekraczać nie powinno się pod żadnym pozorem. Będzie to już poważną ulgą dla dzieci, bo to nietylko jedna godzina siedzenia

mniej, ale jednocześnie jeden przedmiot mniej do odrobienia na dzień następny.

- c) Brak wciąż jeszcze szeregu podręczników.
- d) Brak odpowiednich sił nauczycielskich: np. w jednym z gimnazjów w Poznaniu mamy aż 29% nauczycieli z średnim wykształceniem, i ci wykładają do VII klasy gimnazjalnej włącznie. A jak jest w innych miastach?
- e) Wreszcie dochodzimy do jednego z najbardziej bodaj ważnych momentów przeciążenia, do osoby nauczyciela i jego płacy. Nauczyciel pobiera dzisiaj około 30—35% pensji przedwojennej nauczyciela niemieckiego (po uwzględnieniu wzrostu kosztów utrzymania). Obarczony rodziną, musi on zarabiać pobocznie w jakikolwiek sposób. Biorąc pozatem nadmierną ilość godzin nadliczbowych, nie jest w stanie pracować intensywnie i wydatnie w szkole, w wyniku czego spycha znaczną część i tak rozległego programu na barki ucznia. Uniemożliwia mu to też w dużym stopniu dalsze kształcenie się. Nie wypełnia on pozatem w należyty sposób tej drugiej, niezmiernie ważnej części swego zadania — wpływania na wychowanie swych uczniów. Nie może on, poza nielicznymi wyjątkami, stworzyć wokół siebie zdrowej, pogodnej atmosfery, tak niezbędnej również i naszej młodzieży, gdyż nie można tego wymagać od człowieka wiecznie zajętego troskami materialnymi, myślącego ciągle o tem, jak zrównoważyć ten nieszczęsny budżet, w którym czyni szczyrby zakupno najniezbędniejszych rzeczy, a choroba w domu staje się klęską materialną.

Wywody moje zakończę przytoczeniem zdania z rozprawy Jędrzeja Śniadeckiego „O fizycznym wychowaniu dzieci” z roku 1822, które zachowało, niestety, i dzisiaj jeszcze swą aktualność:

„Uważam ja oddawna nasze wychowanie młodzieży, tak domowe jako i publiczne, za niedoskonałe z tego względu, iż zajmując się jedynie kształceniem umysłu i naładowaniem młodych głów nauką, mało częstokroć w dalszem życiu przy-

datną, zaniedbujemy siły ciała i zdrowie. Mamy też po wielkiej części takich ludzi, jakich hodujemy, to jest: ciała wątłe i niezdrowe, a naukę niedobrze strawioną, albo nie na właściwym zasianą gruncie”.

Dr. med. S. Szuman, Poznań.

Jak lekarze szkolni mogą przeciwdziałać przeciążeniu uczniów nauką szkolną.

(Koreferat.)

Lekarze szkolni niemniej od nauczycieli i władz szkolnych są powołani do ochrony młodzieży przed zbytniem przeciążaniem nauką. Oni w pierwszej linii powinni dbać o to, aby nauka nie wpływała ujemnie na zdrowie ucznia. Przeciążenie nauką musi się odbić ujemnie na rozwijającym się młodym organizmie. Lekarz szkolny często musi walczyć z bezsennością, z bólami głowy, z wyczerpaniem nerwowem uczniów i wielokrotnie stwierdza, że powodem tych niedomagań jest przeciążenie nauką.

Chcąc walczyć z temi niedomaganiem, trzeba zwrócić się przeciwko źródłu złego, nie wystarczy stwierdzić i leczyć tylko skutki. Trzeba usunąć samo przeciążenie. Jest to jednak zadanie wkraczające w dziedzinę higieny nauczania i trzeba być nie tylko lekarzem, ale równocześnie pedagogiem, aby je należycie rozwiązać. Naodwrot, pedagogowie w tej kwestji muszą zasięgnąć rady lekarzy szkolnych, jeżeli chcą należycie ocenić znaczenie przeciążenia i poznać ujemny wpływ, jakie ono wywiera na zdrowie.

Zdaje się nam rzeczą ważną, określić ściśle i jasno pojęcie przeciążenia. Nie jest ono tem samym co przemęczenie nauką. Przemęczenie jest coprawda jednym ze skutków przeciążenia. Pojęcie przeciążenia mieści jednak w sobie jeszcze więcej momentów wpływających ujemnie na ucznia. Uczeń przeciążony przemęcza się dlatego, że dźwiga niejako zbyt wielki ciężar nauki, że niema dość czasu na odpoczynek, że to czego się

musi uczyć przerasta jego siły i zdolności i przekracza jego horyzont, że umysł jego jest absorbowany zbyt wyłącznie i przez za długi czas wyłącznie nauką, że pozostaje mu za mało czasu do zabawy, że brak mu ruchu fizycznego, tak koniecznego do zachowania energii organizmu i świeżości myśli. Organizm ucznia przeciążonego nietylko słabnie, ale wyradza się, nietylko męczy się nad miarę, ale zaczyna funkcjonować nieprawidłowo (*malmenage*). Nietylko zbyt duże pensum nauki, ale również nauka jednostajna, nudna, sedenterja, balast umysłowy nie wyrabiający nowych sił, lecz zużywający siły, prowadzi do takiego *malmenage*.

Przeciążenie zawsze istniało i bodaj zawsze istnieć będzie. Zawsze uczniowie mało zdolni, słabi nerwowo będą przeciążeni i przeciążeni będą zawsze ci uczniowie, którzy wskutek lenistwa lub choroby nie stoją na poziomie klasy, w której się znajdują. Przeciążenie będzie zawsze istniało w szkołach średnich panującego obecnie typu, w których uczymy gromadę niejednorodną, słabych razem ze zdolnymi. Przeciążenie wkońcu będzie pojawiało się zawsze w tych klasach, w których pedagog umiejętnością swego wykładu, talentem pedagogicznym i znajomością swych środków wychowawczych nie będzie umiał dostosować nauczania do poziomu, do sił i do potrzeb wiedzy uczniów. Przeciążenie będzie tem mniejsze, im lepsze będą szkoły. Nigdy zapewne — dla słabych uczniów — nie zniknie zupełnie. Można je jednak zredukować do minimum, i to właśnie jest zadaniem, które należy sobie postawić.

Program Ministerstwa Oświaty dla szkół średnich jest jeden, a jednek w niektórych zakładach tego typu prawie że niema przeciążenia, w innych większość uczniów jest przeciążona. To samo dotyczy klas. Uczniowie nieraz prawie cały czas, przeznaczony na odrabianie zadań domowych spędzają na przygotowaniu tej lub owej lekcji, zbyt trudnej, niedosyć przygotowanej. Są nieraz obarczeni materiałem zbytlicznym, czysto pamięciowym, zajmującym masę czasu, a przynoszącym mało korzyści dla wykształcenia. Takim materiałem są często mechaniczne odpisywania, zadania karne, uczenie się na pa-

mieć tego, co należałoby uchwycić rozumowo, rysowanie szczegółowych map i rysunków tam, gdzie wystarczyłby szkic orjentacyjny i t. p.

Ministerstwo W. R. i O. P. w okólniku z 30. 9. 24 r. opublikowało szereg wskazówek dla szkół średnich, mających przeciwdziałać przeciążeniu. W tym obszernym okólniku powołano szereg zleceń, wydanych już w dawniejszych rozporządzeniach na temat przeciążenia i omówiono całą sprawę istotnie tak wyczerpująco, że okólnik ten może służyć jako wytyczna wszystkim tym, którzy pragną przeciążeniu przeciwdziałać i usunąć ze szkół to zło, szerzące się z niemałą szkodą dla naszej młodzieży.

Niemna tu czasu i miejsca, aby szczegółowo omówić zarządzenia Ministerstwa. Ograniczymy się do kilku specjalnie ważnych momentów. Otóż należy powitać z radością, że Ministerstwo, wzorem innych krajów, ogłosiło pewne normy czasu dla odrabiania zadań domowych.

Podług tych norm zadania odrabiane w domu przez uczniów poszczególnych klas powinny im zająć nie ponad pewną niżej wymienioną ilość czasu:

kl. I — 1 godz.; kl. II i III — 1½ godz.; kl. IV i V — 2 godz.;

kl. VI — 2½ godz.; kl. VII i VIII — 3 godz.

Są to oczywiście tylko liczby przeciętne: uczeń zdolny będzie potrzebował mniej czasu, a uczeń mało zdolny może nie raz ten czas przekroczy, chcąc sumiennie przygotować zadania. Ważnem jest raczej to, żeby rodzice uczniów, a nawet oni sami, wiedzieli, że wymaga się od nich w domu nie bezustannej, nużącej pracy, lecz wysiłku rzetelnego i wyczerpującego, ale niezbyt długiego, pozostawiającego czas na odpoczynek, na ruch fizyczny, sport i inne rozrywki ulubione. Zresztą zauważyć tu trzeba, że te normy przeciętne z doliczeniem pracy przedpołudniowej w szkole żądają od uczeni najmłodszych niewiele mniej, a od uczeni dwóch najwyższych klas więcej niż od robotnika, któremu nie wolno przekroczyć ośmiogodzinnego dnia pracy. Te normy określają jednak czas dziennej nauki i powinny być obowiązujące. Powinien zniknąć typ ucznia, siedzącego cały Boży dzień nad książką.

Ogólnie przyjęty u nas typ szkoły średniej ma tę ujemną stronę, że każdy nauczyciel jest specjalistą, uczącym tylko swego przedmiotu. Ani gospodarz klasy, ani dyrektor szkoły nie centralizują dostatecznie tej nauki. Nauczyciel matematyki naprzykład z całą pewnością nie wie, jakie zadania odrabiają uczniowie w domu z łaciny na ten sam dzień, na który on kazał opracować zadania matematyczne. To samo dotyczy prawie wszystkich innych przedmiotów. Jeden nauczyciel nie liczy się też naogół z zadaniami, które uczeń ma do odrobienia z innego przedmiotu. Każdy zadaje na swoją rękę i nie ma okazji zaznajomienia się z całokształtem zadań domowych, które uczniowie poszczególnej klasy mają danego dnia do wykonania. Jest to wina systemu szkolnego. Dawny nauczyciel domowy wiedział dokładnie, jaki całokształt pracy mają uczniowie codziennie przed sobą. Mógł indywidualizować i dobierać zadania do sił i postępów ucznia. Chcąc wyrównać tę wadę zbiorowego nauczania, słusznie Ministerstwo żąda we wspomnianym okólniku, aby w książce klasowej notował każdy nauczyciel, jakie zadanie daje i ile czasu odrobienie tego zadania wymaga. Umożliwiłoby to choć w przybliżeniu kontrolę nad całością zadań domowych.

Dalszą wadą naszego systemu szkolnego jest to, że szkoła zajmuje się uczniem tylko do południa, a na całe popołudnie zrzuca się wychowywanie, dając tylko uczniowi szereg zadań, z którymi się już sam musi uporać. Ma to swoje dobre strony. Uczeń powinien nauczyć się pracować samodzielnie. Jest jednak błędem mniemać, że wystarczy dać zadanie. Rodzice naogół ani nie umieją dziecku wskazać, kiedy najstosowniej odrabiać zadania, ani jaką metodą się uczyć, ani też nie wiedzą jakie braki, jakie luki ma dziecko i czego się przede wszystkim powinno uczyć, aby budować stale na pewnym fundamencie zdobytych już wiadomości. Najzupełniej nieodpowiedni są oczywiście też korpetytorowie znanego typu, nie wychowujący do nauki, nie uczący jak się uczyć, lecz odrabiający lekcje z uczniem — za ucznia. Szkoła winna zatem nie tylko nakazać uczniowi wykonanie zadań, ale wskazać mu też kiedy i jak je odrabiać. Nauczyciel, głównie gospodarz klasy,

powinien pomóc uczniowi, zaznajomić się z błędami metodycznymi, jakie popełnia przy odrabianiu lekcji, wskazać mu luki, jakie powinien wypełnić. Jeżeli uczeń w domu nie ma spokoju, światła i wygody dostatecznej do odrabiania lekcji, to szkoła powinna mu stawić na czas popołudniowy do dyspozycji odpowiednie uczelnie. Szkoła dzisiejszego typu zna tylko gromadę uczniów od rana do południa i przeciążenie w niej niesłuchanie łatwo może powstać bez tego, żeby sobie którykolwiek nauczyciel z tego zdawał sprawę. Wydaje mi się natomiast, że typ szkoły średniej pani Pankhurst, jaki powstaje w Ameryce i Anglii, będzie szkołą bez przeciążenia. Tam nauczanie jest oparte bardziej o samodzielne prace uczniów prawie z wykluczeniem „lekcji” w szkole, ale cała samodzielna praca ucznia jest stale kierowana radą, opieką i życzliwym nadzorem pedagogów.

Ażeby stworzyć sobie ścisły, naukowy obraz o tem, czy istnieje przeciążenie i czy ono jest istotnie bardzo duże, wykonano zagranicą i u nas szereg prac statystycznych. Robiono przeważnie ankiety i zbierano odpowiedzi uczniów o trwaniu pracy nad zadaniami domowymi, nad stopniem ich trudności itp. Ankiety te dały bardzo ciekawe rezultaty, świadczące o tem, że istotnie przeciążenie uczniów istnieje. Ankieta wśród nauczycieli dałaby prawdopodobnie rezultat odmienny. Najbliższe prawdy byłyby może odpowiedzi rodziców. Każdy nieuprzedzony obserwator ma zresztą okazję studjować poszczególne wypadki przeciążenia wśród dzieci swych krewnych i znajomych. Rodzice znają prace domowe uczniów lepiej od nauczycieli i oni powinni w pierwszej linii zabierać głos w tej sprawie. Rady rodzicielskie, istniejące przy każdej szkole, mogłyby w sprawie przeciążenia współpracować z radą pedagogiczną i dążyć do usunięcia złego. Lekarz szkolny w pierwszej linii ma obowiązek czuwać nad tem, aby uczniowie nie byli przeciążeni.

Jak już powiedzieliśmy, jest to zdanie niełatwe, wymagające wprost specjalnego przygotowania ze strony lekarza szkolnego. Dlatego lekarz szkolny winien się zapoznać z literaturą o przeciążeniu, przestudjować programy Ministerstwa dla

szkoły tego typu, w którym jest czynny. Powinien on od czasu do czasu w jednej lub w kilku klasach zebrać ankietę o pracy domowej uczniów, a przede wszystkim pozostawać stale w ścisłym kontakcie z rodzicami, aby od nich się dowiedzieć, jak uczniowie spędzają czas popołudniowy i czy nie są nadto obciążeni zadaniami domowymi.

Lekarz szkolny, pragnący współpracować z radą pedagogiczną, aby usunąć przeciążenie ze szkoły, w której pracuje, musi się w tym wypadku specjalnie kierować taktam i znajomością sprawy. Wkracza on tu bowiem w dziedzinę pedagogiczną, i jego koledzy pedagogowie odmówią mu nie bez słuszności — kompetentnego zdania w tej sprawie, jeżeli zagadnienia nie będzie znał wyczerpująco. Pozatem, trudno zajmować się przeciążeniem, nie poddając pewnej krytyce samego nauczania z punktu widzenia higieny i trzeba posiadać bardzo dużo taktu, aby taką krytyką nie urazić kogo i nie stanąć na potępienia godnym, niekoleżeńskim stanowisku. Lekarz szkolny powinien te sprawy poruszać wyłącznie na zebraniach rady pedagogicznej, w sposób ściśle obiektywny i opierać swą krytykę i projekty naprawy na rzeczywistych ścisłych spostrzeżeniach, nie mogących urazić osobiście nikogo. Jako podstawę do wszystkich swych kroków w sprawie przeciążenia, winien on obrać wspomniane już rozporządzenie Ministerstwa, które każdy lekarz szkolny winien znać jak najdokładniej. Do obowiązków lekarza szkolnego należy troska o higienę nauczania i ma on nie tylko prawo, ale nawet obowiązek zająć się tą sprawą w szkole, w której jest czynny. Jeżeli jego głos w tej sprawie będzie oparty na głębokiej znajomości zagadnienia i na obiektywnych, rzeczowo i sumiennie zbieranych faktach, to znajdzie on napewno uznanie w Radzie pedagogicznej i rada lekarza szkolnego odniesie pożądane skutki.

Lekarz szkolny może, w pewien taktowny i właściwy sposób, poruszyć kwestję przeciążenia również wobec samych uczniów podczas badań indywidualnych, aby poznać pod tym względem opinię poszczególnych uczniów i trudności, z którymi oni mają do walczenia. Poza tem, podczas pogadanek higienicznych w poszczególnych klasach, może sprawę przecią-

żenia poruszyć w związku z higieną uczenia się. Przy pogadankach na ten temat może on się wzorować na świetnej książce ks. Oraczewskiego pod tytułem „Jak się uczyć”. Książkę tę należy też gorąco polecić uczniom jako lekturę.

Zdaniem naszym przeciążenia ze szkół średnich obecnego typu nie można w zupełności wyrugować. Podaliśmy powyżej powody, czemu tak jest. Można jednak zredukować przeciążenie do znośnego minimum. Ministerstwo Oświaty ze swej strony obiecało w przytoczonym powyżej okólniku zredukować program gimnazjum niższego. Przeciążenie w znacznej mierze zmniejszy się w naszych szkołach za lat kilka i kilkanaście, gdy już szkoły średnie będą zaopatrzone w dostateczną ilość wykwalifikowanych i pedagogicznie głęboko wykształconych nauczycieli. Dotychczas mało mamy nauczycieli o specjalnem wykształceniu pedagogicznem, a przecież sprawa przeciążenia jest również przedewszystkiem zagadnieniem pedagogicznem. Sądzę jednak, że już teraz można skutecznie walczyć z przeciążeniem, jeżeli się wprowadzi w życie wszędzie to, co zaleciło Ministerstwo w wspomnianym okólniku. Nie zważając na to, że gorliwa walka z przeciążeniem naraża nieraz nauczycieli i lekarzy szkolnych na ataki ze strony osób, uważających to za mieszanie się do nieswoich spraw i nie rozumiejących potrzeby usilnej, rzeczowej kontrakcji przeciw przeciążeniu, nauczyciele i lekarze szkolni winni wziąć się ochoczo do dzieła, a na pewno dadzą sobie radę z tem złem ustroju szkolnego.

Dr. J. Oziębłowski, Warszawa.

W sprawie przeciążenia młodzieży szkolnej.

(Koreferat.)

Wśród szeregu metod, któremi możemy dążyć do wyjaśnienia sprawy przeciążenia młodzieży szkolnej, droga ankiety, skierowanej do uczniów, do rodziców i do dyrekcji szkolnych, należy do prostych i celowych.

Samo stwierdzenie momentów obciążających, takich, jak przeładowanie programów, nieodpowiednie metody nauczania,

brak pomocy naukowych i innych, często nie przesądza jeszcze ostatecznie sprawy przeciążenia. W wielu razach młodzież wobec okoliczności przeciążających reaguje nie przeciążeniem, lecz słabemi postępami. W takich razach mamy do czynienia z objawem bardzo niepożądanym, ale nie zawsze połączonym z przeciążeniem. To, że się tu z tego rodzaju faktami spotykamy częściej może, niż należałoby oczekiwać, powinno skierować nas na drogę tych względnie bezpośrednich metod badania, jakimi są ankiety, i nadać im szczególne znaczenie. Dopiero wyniki takich badań, w związku ze stwierdzeniem ogólnych czynników przeciążających, rzucają właściwe światło na sprawę przeciążenia.

Spotykałem się ze zdaniem, że nie można liczyć na ścisłość odpowiedzi, jakie uczniowie dają na pytania ankiety. Moim zdaniem, osiągnięcie dobrych wyników zależy, po pierwsze, od sposobu zredagowania pytań ankiety; jeżeli pytania są podane w formie dostępnej i umożliwiającej uczniowi danie ścisłej odpowiedzi, możemy liczyć na dobre wyniki. Po drugie, sprawa zależy od tego, czy uczniowie są wdrożeni do odpowiadania na pytania, zadane w formie ankiety. W sprawie tak doniosłej nie należy żałować czasu i powinno się stosować ankiety rokrocznie w każdej klasie. Osiągniemy przytem wynik taki sam, jak osiągamy, stosując systematyczne pomiary wagi, wzrostu i obwodu klatki piersiowej. Badani po raz pierwszy uczniowie nieco sceptycznie stosują się do czynności mierzenia, z roku na rok jednak przyzwyczajają się, i z zainteresowaniem zaczynają śledzić przyrost. Analogicznie, o ile będą wdrożeni do obserwowania warunków swojej pracy, rozwinię się zainteresowanie do rzeczy i odpowiedzi będą dostatecznie ścisłe.

Badania nad przeciążeniem młodzieży szkolnej, prowadzone drogą ankiety, zostały zapoczątkowane u nas pracą Dra K o p c z y ń s k i e g o z roku 1920. W pracy tej zebrany jest obfity materiał z 18-tu szkół warszawskich. Praca dała szereg doniosłych wskazań, między innymi, że: 1) ilość czasu, poświęcana przez młodzież na wypracowania domowe, znacznie przekraczała normy, zalecone przez higienę szkolną, 2) że ilość ta była bardzo rozmaita i wahała się w znacznych gra-

nicach, 3) że dziewczynki uczą się w domu więcej niż chłopcy, 4) że największe przeciążenie przypadło na okres dojrzewania płciowego, kiedy właśnie jest najbardziej szkodliwe. Wywody z pracy *Dra K o p c z y ń s k i e g o* wywarły wpływ na zakres i rozkład układanych wówczas programów szkolnych i obecnie są cennym materiałem do porównań.

Teraz wskazanem było opracowanie tekstu ankiety, którejby mógł być stosowany systematycznie. Zebrałem odpowiedzi od 1100 uczni 4-ch szkół średnich warszawskich. Pytania kwestjonariusza były następujące:

Pytania dla rodziców. 1. O której godzinie uczeń wstaje? — 2. O której godzinie przystępuje do przygotowania lekcji na dzień następny? — 3. O której godzinie kładzie się spać? — 4. Czy się zdarza, że uczeń niedosypia z powodu niemożności przygotowania lekcji we właściwym czasie? — 5. Czy ma korepetytora i do jakich przedmiotów? — 6. Czy poza nauką szkolną uczy się dodatkowo? — 7. Ile czasu dziennie poświęca uczeń na spacer lub zabawy ruchowe? — 8. Czy uczeń korzysta z rozrywek takich jak teatr, kinematograf, koncerty, zebrania towarzyskie z kolegami, lekcje tańca i t. d.; jeżeli tak, to jak często?

Pytania dla dzieci. 1. Który dzień w tygodniu wymaga najwięcej czasu do przygotowania lekcji i ile mianowicie? — 2. Który dzień w tygodniu wymaga najmniej czasu do przygotowania lekcji i ile mianowicie? — 3. Który z przedmiotów wymaga najwięcej czasu do przygotowania? — 4. Który z przedmiotów uważasz za najłatwiejszy i najmniej wymagający pracy domowej? — 5. Ile czasu dziennie poświęcasz na przechadzkę lub gry ruchowe? — 6. Czy czytujesz w domu pisma lub książki nie należące bezpośrednio do zakresu zadanych lekcji?

Do dyrekcji szkoły. 1. Jaka była ilość uczni w poszczególnych klasach w roku bieżącym? — 2. Jaka ilość uczni w każdej z poszczególnych klas nie otrzymała promocji do klasy następnej? — 3. Jaka ilość uczni została usunięta w końcu roku szkolnego z powodu braku postępów w naukach? — 4. Czy

z powodu braku odpowiednich podręczników lub z innych powodów bywa stosowane notowanie przez uczniów wykładów nauczycieli; jeżeli tak, to w jakich klasach i z jakich przedmiotów?

Podstawą do wytworzenia poglądu na to, czy młodzież szkolna jest przeciążona pracą, są dane liczbowe o ilości godzin dnia, które młodzież poświęca pracy domowej.

Ministerstwo w okólniku z dnia 19 września 1924 roku w sprawie przeciążenia młodzieży szkolnej wskazuje na trzy punkty, które są źródłem przeciążenia. Pierwszy punkt dotyczy samej metody wykładu, drugi — nierównomierności wymagań nauczyciela w ciągu roku, trzeci — nadmiernego obciążenia pracą domową. Uchybienia dotyczące nie tylko trzeciego, a również i pierwszego i drugiego punktu, w wyniku przejawiają się tem, że uczeń ma za wiele pracy domowej.

Jest więc rzeczą pierwszorzędną wagi ustalenie najbardziej właściwego sposobu zebrania możliwie najściślejszych danych co do pracy domowej ucznia.

W celu ustalenia tych danych, zadaję w kwestjonariuszu dwa pierwsze pytania: 1. Który dzień w tygodniu wymaga najwięcej czasu do przygotowania lekcji i ile mianowicie? — 2. Który dzień wymaga najmniej czasu i ile?

Nie zapytuję, jak długo przeciętnie uczeń zadane lekcje odrabia, bo zwrócone doń w tej formie pytanie, sędzę, nie da mi zadowalającej odpowiedzi. Uczeń dokładnej średniej tygodniowej liczby mi nie poda. W ankiecie należy żądać liczb, których podanie nie wymaga z jego strony obliczeń. Dwie liczby, które otrzymuję w odpowiedzi, dają mi dokładniejsze pojęcie o pracy ucznia, niż dałoby zapytanie, przewidującą odpowiedź o przeciętnej ilości godzin. Obliczając pracę dzienną, biorę przeciętną tych dwóch liczb. Otrzymana liczba jest bliższą rzeczywistej przeciętnej niż liczba, którą otrzymalibyśmy pozostawiając uczniowi obliczenie i nawet bliższą niż ta, którą otrzymalibyśmy, obliczając na podstawie ilości godzin pracy każdego dnia tygodnia, bo uczeń szeregu nawet mniej więcej dokładnych liczb nie podałby, jak to wiem z doświadczenia.

Obliczyłem średnią maksymalnej pracy uczni i średnią minimalnej pracy dla każdej klasy. Z dwóch otrzymanych liczb określiam przeciętną.

	Maksymalna	Minimalna	Przeciętna
Kl. 1	2,80	0,95	1,87
„ 2	2,71	0,94	1,82
„ 3	3,05	1,14	2,10
„ 4	3,75	1,65	2,70
„ 5	3,94	1,50	2,72
„ 6	4,10	1,6	2,85
„ 7	4,69	1,97	3,30
„ 8	5,00	2,43	3,71

W zestawieniu z liczbami z przed lat 5, które czerpię z pracy Dr. K o p c z y ń s k i e g o „Co mówią cyfry o przeciążeniu młodzieży szkolnej”, stwierdziłem naogół zmniejszenie przeciążenia.

	Przeciętna dzienna ilość godzin pracy domowej w 1918—19 r.	Przeciętna dzienna ilość godzin pracy domowej w 1923—24 r.	Różnica	Odsetek zmniejszenia przeciętnej ilości godzin pracy domowej.
Kl. 1	2,62	1,87	0,75	28%
„ 2	2,74	1,82	0,92	33%
„ 3	2,36	2,10	0,26	11%
„ 4	3,65	2,70	0,95	26%
„ 5	3,54	2,72	0,82	23%
„ 6	3,63	2,85	0,78	21%
„ 7	3,89	3,30	0,59	15%
„ 8	4,00	3,71	0,29	7%

Chcąc dla ułatwienia zestawień ustalić miarę przeciążenia, bez konieczności brania za punkt wyjścia jakiegoś okresu, obliczam w sposób następujący. Za miarę przeciążenia możemy

uważać stosunek różnicy pomiędzy ilością godzin przeciętną domowej pracy ucznia a ilością zaleconą przez higienę do tej ostatniej ilości. Nazywając A przeciętną ilość godzin pracy domowej ucznia, B — ilość godzin zaleconą dla danego wieku przez higienę, liczbę równą $\frac{A - B}{B}$ możemy uważać za miarę przeciążenia.

Jako maksymalną liczbę godzin czasu, jaki uczeń może poświęcać na opracowanie zadań domowych, higiena szkolna przeznaczą dla kl. 1 — 1 g., dla kl. 2 — 1½ g., kl. 3, 4 — 2 g., kl. 5, 6 — 2½ g., kl. 7, 8 — 3 g.

Kl. 1-a. Przeciętna ilość godzin pracy domowej ucznia w roku 1923—24 równa się 1,87, normalna = 1 g.;

		miara przeciążenia	$\frac{1,87 - 1}{1} = 0,87$	w r. 1918-19: 1,62.
Kl. 2-a	„	„	$\frac{1,82 - 1,5}{1,5} = 0,21$	„ 0,82.
„ 3-a	„	„	$\frac{2,10 - 2}{2} = 0,05$	„ 0,18.
„ 4-a	„	„	$\frac{2,70 - 2}{2} = 0,35$	„ 0,82.
„ 5-a	„	„	$\frac{2,72 - 2,5}{2,5} = 0,09$	„ 0,41.
„ 6-a	„	„	$\frac{2,85 - 2,5}{2,5} = 0,14$	„ 0,45.
„ 7-a	„	„	$\frac{3,30 - 3}{3} = 0,1$	„ 0,3.
„ 8-a	„	„	$\frac{3,71 - 3}{3} = 0,24$	„ 0,33.

Opierając się na tych liczbach i zestawiając przeciążenie przed laty pięciu i w roku ubiegłym, stwierdzam zmniejszenie się przciążenia w liczbach okrągłych: dla kl. 1-ej — dwukrotne, kl. 2-ej — czterokrotne, kl. 3-ej — czterokrotne, kl. 4-ej — dwukrotne, kl. 5-ej — czterokrotne, kl. 6-ej — trzykrotne, kl. 7-ej — trzykrotne, kl. 8-ej — dwukrotne. Średnio więc, ze względu na czas poświęcony przez uczni pracy domowej, możemy mówić o blisko trzykrotnem zmniejszeniu się przeciążenia w ciągu ubiegłego pięciolecia.

Poza ogólną miarą przeciążenia, interesuje nas w wysokim stopniu rozkład przeciążenia na poszczególne klasy. Badając liczby w tym kierunku, znajdujemy, że zaszły tu zmiany niewielkie. Przed pięciu laty najbardziej przeciążone były klasy I (1,62), II (0,82), IV (0,82). — Obecnie najbardziej przeciążone są: kl. I (0,87), II (0,21), IV (0,35) i VIII (0,24).

Organizm dziecka w ciągu życia szkolnego podlega tak wybitnym zmianom z roku na rok, że warunki higieniczne każdej klasy należy omawiać osobno. Z tego powodu nierównomierność przeciążenia powinna zasługiwać na najbaczniejszą uwagę, tem bardziej, że ta nierówność jest widocznie u nas zjawiskiem stałym, jeżeli badania dokonane przed pięciu laty i obecnie stwierdzają to samo, pomimo, że w ciągu tego czasu uległy zmianie programy, metoda wykładów, zmniejszyło się ogólne przeciążenie.

Źródło tego zjawiska tkwi w tem, że pomimo dążenia do reform, pozostał widocznie pewien schemat programów, który mało się zmienił; z drugiej strony, formuła zalecanych przez higienę godzin pracy domowej jest za mało plastyczna. Powinniśmy na podstawie najdokładniejszych obserwacji i rozważań dążyć do wypracowania nowej.

Dalsza analiza liczb, otrzymanych w odpowiedzi na dwa pierwsze pytania, wykazuje, że różnica pomiędzy największą i najmniejszą ilością godzin pracy dziennej domowej jest względnie duża i wzrasta od niższych do wyższych klas od 1,85 godz. do 2,57 godzin. Dla kl. 1-ej wynosi ona 1,85 g., 2-ej — 1,77 g., 3-ej — 1,91 g., 4-ej — 2,10 g., 5-ej — 2,44 g., 6-ej — 2,50 g., 7-ej — 2,86 g., 8-ej 2,57 g.

Nierównomierny rozkład pracy dziennej w ciągu tygodnia jest oczywiście jednym z momentów, warunkujących przeciążenie. Przyczyną tego jest wadliwy rozkład lekcyj. Warunki pracy naszych szkół częstokroć nie pozwalają na ułożenie prawidłowego rozkładu. Fakt ten odbija się wyraźnie w liczbach godzin pracy dziennej ucznia. Oczywiście uczeń umiejący pracować, mógłby uzupełnić samusterki planu, odrabiając lekcje zawczasu. Zanim jednak będziemy mogli tego oczekiwać, należy w pierw nauczyć systematycznej pracy.

Że się w tym kierunku nie idzie, dowodzą różnice w liczbach, które od drugiej klasy do 8-ej stale wzrastają.

3 i 4 pytania brzmią: Jakie przedmioty są najłatwiejsze i jakie najtrudniejsze? Zadając uczniowi te pytania, dążę do wyjaśnienia sprawy, czy samoobserwacja ucznia idzie w tym

samym kierunku, jaki się zarysowuje przy zestawianiu przedmiotów, wykładanych w szkole średniej odnośnie do ilości energii, jaką powinien włożyć uczeń w pracę nad każdym z tych przedmiotów. Jeżeli otrzymuję od przeważnej większości uczniów odpowiedź, że najtrudniejszym przedmiotem jest język polski i matematyka, wnoszę, że odpowiedzi są zgodne z tem, jak być powinno. Jeżeli otrzymuję odpowiedź, że najtrudniejszym przedmiotem jest botanika, wnoszę, że sprawa nauczania botaniki nie jest postawiona jak się należy i że z tej strony jest przeciążenie. Oczywiście dla szeregu uczniów języki będą najtrudniejszym przedmiotem, zupełnie niezależnie od tego, czy wymagania są nadmierne, czy nie. To samo może się tyczyć innego przedmiotu. Jeżeli jednak spotykamy się z bardzo znacznym odsetkiem wskazań ze strony uczniów na jakiś przedmiot jako wyjątkowo obciążający, to wskazówki takie winny zwrócić na siebie uwagę. Dla wyżej wymienionych powodów pytania 3 i 4 zaliczam do pytań, które mogą dać wskazówki co do przeciążenia i które powinny się znaleźć w kwestjonariuszu o przeciążeniu. W odpowiedziach na pytania mego kwestjonariusza przeważna większość uczniów wskazywała na matematykę i polski jako na przedmioty najtrudniejsze. Odpowiedzi te oceniam, jako nie przemawiające za przeciążeniem.

5-tę pytanie. Ile czasu poświęcasz na przechadzki lub gry ruchowe? Odpowiedzi na to pytanie dają w pewnym stopniu wskazówki co do przeciążenia. Odpowiedzi wskazują na wybitne zmniejszenie się ilości godzin poświęcanych kształceniu się fizycznemu w klasach wyższych; zależy to od szeregu przyczyn, wśród których przeciążenie nie jest jednak przyczyną dominującą, a sam fakt wskazuje na konieczność położenia tem większego nacisku na obowiązkowe ćwiczenia popołudniowe. Sprawa godzin snu może stać w bezpośrednim związku z przeciążeniem. Naogół z odpowiedzi wynika, że uczniowie kładą się spać za późno. Żeby móc odpowiedzieć na pytanie, co jest przyczyną późnego naogół kładzenia się do snu, należy bliżej zbadać warunki życia domowego uczniów. Czy czynniki powodujące niedosypianie mają swe źródło

w szkole, czy też są to czynniki domowe? Odpowiedzi na pytanie, kiedy uczeń przystępuje do odrabiania zadanych lekcji, świadczą, że dzień ucznia w większości wypadków nie jest racjonalnie rozplanowany, co przemawia za tem, że nietyłe wymagania szkoły, ile warunki domowe wpływają na zmniejszenie godzin snu.

Świadczą o tem odpowiedzi w rodzaju takiej: „Trochę przygotowuję lekcje po przyjściu ze szkoły, trochę przed kolacją, trochę po kolacji“. Naogół przystępują uczniowie do odrabiania lekcji w najrozmaitszych godzinach. Bynajmniej nie stwierdza się, że istnieje pewien schemat planu dnia pracy ucznia. Spotykam wielką ilość odpowiedzi w rodzaju: „zaczynam się uczyć pomiędzy 4-ą a 8-ą“, pomiędzy 5-ą a 7-mą“, „różnie“. I nie są to odpowiedzi wyjątkowe. Brak ustalonego porządku w pracy, na który powyższe odpowiedzi wskazują, jest oczywiście czynnikiem przeciążającym. Przeciążenie to nie idzie ze strony szkoły. Szkoła jednak, tolerując nieprawidłowy rozkład pracy w samej szkole, o którym wyżej mówiłem, nie przyczynia się do wdrożenia ucznia w pracę systematyczną.

Pytanie: czy ma uczeń korepetytora i do jakich przedmiotów? Sprawę tę poruszam dlatego, że odgrywa niezmiernie ważną rolę w systemie wychowania i pozornie ilustruje stopień przeciążenia nauką. W 1-ej klasie 35% uczni pracuje z korepetytorem, w 2-ej klasie 36%, w 3-ej klasie 33%, w 4-ej klasie 22%, w 5-ej klasie 20%, w 6-ej klasie 10%, w 7-ej klasie 6%.

Metody nauczania, które zaleca w swoich okólnikach Ministerstwo i za którymi wypowiada się świat pedagogów, wyłączają potrzebę korzystania z pomocy korepetytorów. Uważam, że my, jako lekarze szkolni, powołani do zabierania głosu w sprawach ogólnej metody wychowania, powinniśmy się wypowiedzieć za zniesieniem nauki z korepetytorami. Szczególniej u nas, wobec nadmiernie rozwiniętej dążności do zdobywania wykształcenia średniego, a następnie wyższego, należy przyznać, że uczniowie, którzy nie mogą podążać z kursem bez pomocy korepetytorów, powinni być uznani za małodolnych

i ograniczyć zakres swego wykształcenia, zapełniając szkoły o niższym typie, tem bardziej, że wychowawców takich szkół mamy za mało. Istnienie znacznego odsetka dzieci pracujących z korepetytorami, nie jest mojem zdaniem wynikiem nadmiernych wymagań ze strony szkoły, lecz wynikiem małego lub nieodpowiedniego przygotowania domowego uczniów.

Czy poza nauką szkolną uczeń uczy się dodatkowo? — Kl. 1 — 30%, kl. 2 — 28%, kl. 3 — 29%, kl. 4 — 33%, kl. 5 — 25%, kl. 6 — 30%, kl. 7 — 35%, kl. 8 — 30%.

Są to znaczne odsetki, które dowodzą, że znacznej ilości uczniów pozostaje czas wolny poza nauką szkolną. Przeważnie uczą się języków nowożytnych i muzyki. Z języków przeważnie francuskiego.

Co do pytań, skierowanych do dyrekcji szkół, zestawiam dwie szkoły.

Szkoła I: przeciętna ilość uczeni w klasie — 39.

Nie otrzymało promocji średnio na klasę — 7.

Usuniętych dla braku postępów — 0.

Szkoła II: Przeciętna ilość uczeni w klasie — 44.

Nie otrzymało promocji średnio na klasę — 9.

Usuniętych dla braku postępów średnio na klasę — 2.

Znacznie większa ilość uczeni w klasie drugiej w porównaniu z pierwszą daje w wyniku większą ilość takich, co nie otrzymali promocji i znaczną ilość usuniętych.

Zestawienie przeciążenia w szkole pierwszej i drugiej, obliczonego na podstawie ilości godzin pracy, daje znacznie większe przeciążenie w szkole II.

Przeciążenia dla kl.	I-ej	w II szkole	0,88	w I	0,87
"	"	II-ej	"	"	0,24
"	"	III-ej	"	"	0,05
"	"	IV-ej	"	"	0,40
"	"	V-ej	"	"	0,1
"	"	VI-ej	"	"	0,15
"	"	VII-ej	"	"	0,16

Liczby powyższe uwidoczniają duży wpływ na przeciążenie przepełnienia klas.

W wyniku ankiety na pytanie czy istnieje przeciążenie w szkołach średnich, można odpowiedzieć, że istnieje w stopniu wyraźnie mniejszym, niż to miało miejsce przed 5-ciu laty. Widoczne jest, że dużo w kierunku zmniejszenia przeciążenia już zrobiono. Zastrzegam jednak, że ankieta operuje za małym materiałem na to, aby można było oczekiwać od niej definitywnej odpowiedzi. Tylko zbiorowa praca, uwzględniająca materiał szerzej i bardziej szczegółowo, może dać taką odpowiedź. Moim zamiarem było dać projekt planu zgodnie z którym należy dalej pracować z roku na rok, żeby móc stale śledzić przebieg sprawy przeciążenia młodzieży pracą szkolną. Wnioski z przeprowadzonej w ten czy podobny sposób ankiety, przeprowadzonej przez każdego z nas w swojej szkole, mogą dopiero w sumie dać odpowiedź na to, czy przeciążenie istnieje.

Ale już i obecna ankieta wskazuje na ważne czynniki przeciążenia niezależnie od objętości programów. Mianowicie: 1) Wyraźne usterki ze strony szkoły w kierunku wdrażania do systematyczności w pracy, przez niewłaściwy rozkład wykładów szkolnych w tygodniu. 2) Wyraźny brak umiejętności wdrażania do systematycznej pracy ze strony rodziców. 3) Przepelnienie klas. Wymienione powody są tak ważne, że konstatując w każdym razie przeciążenie nie nadmierne, powinniśmy stanąć na stanowisku, że przeciwko nim należy zwrócić naszą energję pracy.

Prof. Uniw. St. Ciechanowski, Kraków.

Powszechne wychowanie fizyczne jako podstawa przygotowania ludności do wojny.

(Referat programowy.)

Państwo polskie ma 27,2 milionów ludności, Niemcy 59,9, Rosja 101,7, już po odliczeniu strat wskutek wojen, głódów i zarazy. Dzisiejsze armje ludowe są proporcjonalne do zaludnienia państw walczących, w razie wojny więc miałyby armja niemiecka, pominąwszy przewagę przygotowania technicznego,

liczebną przewagę przeszło dwukrotną, rosyjska trzechkrotną, obie razem przeszło pięciokrotną.

Granice Polski mają 3960 klm. długości, po odliczeniu skrawka wybrzeża 3823, i są strategicznie niekorzystne. Gdyby wszyscy mężczyźni dorośli (19—50 lat), a zdolni do broni istotnie walczyli, przypadłoby w Polsce na jeden kilometr lądowej granicy około 600 obrońców, w Niemczech 1300, w Rosji europejskiej 3000. Przy najwyższym, zupełnie nieprawdopodobnym wysiłku mogłyby liczby te dojść w Polsce do tysiąca, w Niemczech do 2000, w Rosji do 4500 żołnierzy na kilometr granicy lądowej.

Nie jest rzeczą zbyteczną powtarzać te już niemal oklepane, banalne zestawienia wszędzie i zawsze, bo mimo wszystko wymowa ich nie przeniknęła do świadomości nie tylko całego społeczeństwa, ale nawet inteligentnego ogółu. A cyfry te określają zadania obronne państwa, wyznaczają zakres pogotowiu obronnemu. W tych warunkach objąć ono musi całą poprostu ludność, nie wyłączając młodzieży męskiej znacznie poniżej roku poborowego, ani starszych roczników powyżej 50 roku życia, ani nie wyłączając kobiet. Gdy może przyjść konieczność wyzyskania zapasu do najostatniejszych granic dla orężnej obrony frontu, na resztę ludności, nieletnich, starców i kobiety, spadnie całym ciężarem służba pomocnicza w armji, łącznikowa, strażnicza, etapowa, sanitarna, co więcej, rozwiązanie wszystkich zagadnień gospodarczych; wszystko zadania, wymagające nie mniejszych sił fizycznych, wytrzymałości i sprawności od służby frontowej, a nie wiele mniejszej odporności moralnej.

Przysposobienie wojskowe mężczyzn zdolnych do broni odbywać się musi po doświadczeniach wielkiej wojny i po przewrocie stosunków politycznych, przez nią wywołanym, inaczej, niż dawniejsze. Przy powojennej redukcji kadr armji nie może już całkowite wykształcenie wojskowe dotyczyć tak wielkich liczb rekruta, jak przed wielką wojną, a wykształcenie wojskowe mężczyzn według dawnych reguł jest już teraz nie wystarczające. Powstały stąd brak ilościowy musi być wyrównany przez osiągnięcie jak najwyższego poziomu

zdolności fizycznej do służby z bronią, zapomcą prac, prowadzonych poza armją, a jakośc przysposobienia wojennego musi być ulepszona przez udoskonalenie materiału dla armji zapomcą prac, prowadzonych przed okresem poborowym. Oba te cele równocześnie osiągnąć można i trzeba przez powszechne wychowanie fizyczne młodzieży męskiej, mającej stanąć pod sztandarem. Ale również w służbie pomocniczej i pozafrontowej podwaliną musi być, obok innych środków, powszechne wychowanie fizyczne. W tej sprawie zaznaczę tylko to, że osiągnięcie tą drogą dostatecznego pogotowia obronnego państwa wymagać będzie nietylko powszechnego wychowania fizycznego w znaczeniu dosłownem, to jest wychowania młodzieży, ale także utrzymania poziomu sprawności fizycznej w dalszych latach życia całej ludności, broniącej kraju na froncie i poza frontem.

W tej postaci jest to zagadnienie o wiele więcej złożone i do rozwiązania trudniejsze, niż samo właściwe wychowanie fizyczne młodzieży. Trudności te rosną jeszcze przez to, że powszechne wychowanie fizyczne nie może ograniczać się tylko do celów ściśle wojskowych, a zależą przedewszystkiem w stosunku powszechnego wychowania fizycznego do spraw społecznych, ekonomicznych i ogólnowychowawczych.

Nie można pod pozorem uproszczenia zagadnienia ludzić się, że powszechne wychowanie fizyczne natrafi w tym względzie na teren podatny i że ma same tylko dodatnie strony, jako to: w zakresie ogólnowychowawczym — korzystny wpływ na wolę i charakter, wyrabianie karności i zdolności współdziałania; w zakresie społecznym — przyśpieszenie demokracji, wpływ na zrozumienie wszechstronności obowiązków względem Państwa, skierowanie ludności ku korzystnym higjennie rozrywkom, podniesienie poziomu jej zdrowia; w zakresie wreszcie ekonomicznym — wzrost sprawności wytwórczej. Nie można zamykać oczu na cały szereg przeszkód w rychłym zrealizowaniu powszechnego wychowania fizycznego i na pewne uszczerbki, jakie w prawach obywatelskich powstają przez nakładanie dalszych obowiązków dla Państwa.

Wychowanie młodzieży w części tylko leży w rękach szkoły. Szkoła nie objęła jeszcze w Polsce w s z y s t k i e j młodzieży i nierychło ją obejmie, a nigdy nie obejmie całego okresu młodości, lecz tylko pewną jego część. Zadanie wychowania tej młodzieży pozaszkolnej jest wogóle niesłychanie trudne, niemniej trudne jest zadanie jej wychowania fizycznego. Stworzenie ram wychowawczych, któreby wszystką tę młodzież objęły, jest przedewszystkiem przez to bardzo skomplikowane, że prawie cała ta młodzież jest zajęta pracą zarobkową, niemal wykluczającą ciągłe i systematyczne ćwiczenie, niezbędne w wychowaniu fizycznym, tem mniej wystarczyłoby ograniczyć się do obozów przysposobienia wojskowego, działających tylko krótką część roku i z natury rzeczy wychowujących fizycznie nieco jednostronnie.

Ale i w ramach szkolnictwa trudności są znaczne.

Szkolnictwo w Polsce łamie się jeszcze ciągle z zasadniczymi zagadnieniami organizacyjnymi, uchwycenie właściwej proporcji między szkolnem wychowaniem fizycznym, a resztą programu szkolnego jest dopiero w okresie pierwszych prób. Zrozumienie zasadniczej, doniosłej roli wychowania fizycznego w całokształcie wychowania postępuje wprawdzie dość szybko w kołach pedagogicznych i rodzicielskich, ale brak jeszcze zupełnie zrozumienia kierunku, w jakim wychowanie fizyczne iść powinno, i warunków, od których zależy jego racjonalność. Przedewszystkiem brak szkolnictwu (i to nawet średniemu, nie mówiąc o kilkudziesięciu tysiącach szkół powszechnych) urządzeń i środków: boisk, przyborów, sal, a co ze wszystkiego najważniejsze — wielki brak należyście wykształconych kierowników. Niema ich nawet jeszcze połowa szkół średnich, a i tę cyfrę należy brać z zastrzeżeniem, bo rzekome kwalifikacje wielu kierowników są zupełnie iluzoryczne i nie odpowiadają współczesnym wymaganiom, a nadto, bo przyrost liczby tych kierowników pozostaje znacznie wstecz poza potrzebą.

Społeczne warunki w Polsce dzisiejszej nie są dla powszechnego wychowania fizycznego korzystne. Składa się na to nader niska kultura i ciemnota szerokich warstw ludności, niejednolity skład etniczny państwa i przewaga ludności rol-

niczej. Uświadomienie ludności o korzyściach i konieczności wychowania fizycznego pójdzie w tych warunkach powoli, a bez tego uświadomienia krzewienie wychowania fizycznego natrafi na opór. Jeden z najdzielniejszych środków propagandy, sport ludowy, działający przykładem, ograniczony jest właściwie tylko dla ludności miejskiej, z trudnością wkroczyć może na teren wiejski.

Stosunki ekonomiczne warstw ludowych, wprzegające młodzież do pracy zarobkowej, lub domowej (w której niema ustawowej ochrony robotników młodocianych), odsuwają poważną liczbę młodzieży od wychowania fizycznego, na które niema ona wprost czasu. Ten sam czynnik może działać osłabiająco na wynik starań o zachowanie sprawności w ćwiczeniach fizycznych ludności dorosłej.

Wkońcu należy zdać sobie sprawę z trudności organizacyjnych wychowania fizycznego i przysposobienia na wypadek wojny w stosunku do obu płci. Dopiero bardzo nieśmiało zaczynają podnosić się głosy krytyczne wobec zbyt daleko sięgającego ujednostajnienia szkolnictwa, zwłaszcza średniego, dla chłopców i dziewcząt. Można przewidywać, że będzie to początkiem dążenia do reform, które nie ominą także i wychowania fizycznego, zbyt mało zapewne uwzględniającego różnicę płci.

Tych różnych stron, jakie ma zagadnienie powszechnego wychowania fizycznego, powinien być świadom ogół lekarzy, któremu w całej akcji przypadnie ważne zadanie. Określenie tego zadania lekarzy jest główną treścią mojego referatu.

Zakresu działania lekarza w wychowaniu wogóle, a w wychowaniu fizycznym w szczególności nie należy pojmować zbyt szeroko. Prawie cała treść wychowania, a całe jego wykonanie zależy, tak samo w wychowaniu fizycznym, jak w każdym innym, od znanych czynników: domu i otoczenia (rówieśników), szkoły i armji.

Zadanie lekarza w wychowaniu, w szczególności fizycznym, ograniczają się do działalności: normatywnej, doradczej i kontrolnej.

Opracowanie norm leży w ręku tylko szczupłego grona lekarzy, które może poświęcić się specjalnym badaniom naukowym w tym zakresie. Pytanie, czy ośrodkiem tych badań ma być osobny centralny Instytut, jeden na całe państwo, czy też może i powinna nastąpić decentralizacja, rozpatrzyłem w innym referacie w Sekcji wychowania fizycznego Zjazdu¹⁾.

Zadania kontrolne i doradcze spoczywają na czterech kategoriach lekarzy: domowych, szkolnych, sportowych i wojskowych. Działalność tych lekarzy musi polegać na zastosowaniu gotowych już norm, opracowanych przez grupę, pracującą w zakresie wychowania fizycznego naukowo, nie może zaś polegać na samodzielnym szukaniu drogi, do czego z wyjątkiem studjów lekarskich w zakresie dzisiejszym nie dają dostatecznych podstaw. Ale i zastosowanie norm już gotowych wymaga osobnego przygotowania, którego lekarzom nasze uniwersytety nie dają. Przy powszechnem wychowaniu fizykiem będzie jednak musiał każdy lub prawie każdy lekarz mieć to przygotowanie, w przeciwnym bowiem razie w stanowisku lekarzy wobec wychowania fizycznego, w ich radach, udzielanych ze stanowiska lekarskiego, będzie nadal panować dotychczasowa niejednolitość i dowolność, osłabiająca zaufanie do ich wiedzy i do ich kompetencji w tych sprawach i dla samej akcji wychowania fizycznego szkodliwa.

Należyte przygotowanie ogółu lekarzy do ich roli w wychowaniu fizykiem powinno w przyszłości nastąpić już w czasie studjów lekarskich. Nie będę tu przedstawiać, w jakiej formie mogłoby to w naszych uniwersytetach nastąpić, wspomnę tylko, jak tę rzecz próbują rozwiązać Niemcy, których akcja, jako kraju ościennego, musi nas szczególnie obchodzić.

Oprócz założonej tam przez „Państwowy Wydział ćwiczeń cielesnych” (Reichsausschuss für Leibesübungen) w r. 1920 samoistnej badawczo-dydaktycznej instytucji (Hochschule für Leibesübungen) w Berlinie, istnieją obecnie uniwersyteckie instytuty wychowania fizycznego w Giessen, Marburgu, Göttin-

¹⁾ Obacz art. następny.

gen, Bonn i Monasterze (Münster). Przoduje im instytut w Giessen, działający już od r. 1919, złożony z dwu oddziałów: lekarsko-higienicznego i filozoficzno-pedagogicznego pod osobnymi kierownikami. Zadania tych instytutów są następujące: Naukowe badanie wszelkich zagadnień fizyczno-wychowawczych, w szczególności zaś badanie wpływu różnych ćwiczeń cielesnych na ustrój, badanie stanu fizycznego i sprawności cielesnej młodzieży szkół wyższych, średnich i powszechnych, następnie: kształcenie wychowawców fizycznych o poziomie uniwersyteckim, kształcenie kandydatów na lekarzy szkolnych (czem instytuty te górują nad berlińską „Szkolą wyższą“, która tego nie ma w swym programie) i pouczanie młodzieży o jej wychowaniu fizycznym. Uniwersytet w Giessen zaproponował w roku zeszłym Związkowi szkół wyższych niemieckich, aby „kultura cielesna“ była obowiązkowym przedmiotem ogólnego egzaminu nauczycielskiego dla szkół średnich na zasadzie dwuletnich studjów praktycznych i teoretycznych w tym dziale, aby to był przedmiot główny specjalnego egzaminu (na wychowawcę fizycznego) na zasadzie trzechletnich studjów specjalnych, dalej, aby przedmiot ten został włączony do niższych egzaminów lekarskich, wreszcie, aby lekarze szkolni i sportowi byli obowiązani złożyć egzamin praktyczno-teoretyczny z tego przedmiotu. Związek Szkół wyższych niemieckich polecił uniwersytetowi w Giessen wypróbowanie tego sposobu postępowania, poczem ma on być wprowadzony w innych szkołach wyższych. Stosownie do tego zorganizował uniwersytet w Giessen na rok bieżący grupy wykładów i ćwiczeń dla studentów pedagogji, dla studentów medycyny i dla kandydatów na lekarzy szkolnych. (Szczegóły tego programu dla braku miejsca pomijam.)

Znosi się zatem na obowiązkowe wykłady, ćwiczenia i egzamina wychowania fizycznego dla wszystkich studentów filozofji i medycyny na wszechnicach niemieckich, dotychczas nie dużo dających sposobności studentom medycyny do kształcenia się w wychowaniu fizycznym już w czasie studjów. Znosi się również w Niemczech na obowiązkowe kształcenie w wychowaniu fizycznym kandydatów na lekarzy szkolnych

i sportowych. Na razie w trzech „Akademjach społeczno-higienicznych“: w Berlinie-Charlottenburgu, Wrocławiu i Düsseldorfie odbywają się 3-miesięczne kursa dla lekarzy szkolnych okręgowych i gminnych, a Akademia wychowania fizycznego w Berlinie daje ogółowi lekarzy sposobność zapoznania się z wychowaniem fizycznym, przynajmniej w głównym zarysie, przez krótkie kursa.

W związku ze sprawą uniwersyteckich instytutów wychowania fizycznego wspomnę tu odrazu, że od kandydatów na wychowawców fizycznych w szkołach średnich wymagane są w Bawarii i Saksonji studia 4-letnie (od kobiet tylko 2-letnie), w berlińskiej Akademii wychowania fizycznego 3-letnie, zresztą zaś w Prusach utrzymują się na razie jeszcze kursa jednoroczne. Mniejsza wymagania są co do szkół powszechnych, do których żąda się tylko kursów paromiesięcznych, nawet kilkotygodniowych.

Nie naśladować ślepo wzorów obcych, nie obejdziemy się jednak w Polsce, w razie ustawą nakazanego powszechnego wychowania fizycznego, bez kształcenia w tym zakresie studentów już w czasie ich studjów uniwersyteckich.

Ale zanim to nastąpi, musi w stosunkowo szybkim tempie być uzupełnione wykształcenie lekarzy, obecnie już praktycznie pracujących. To uzupełnienie możliwe jest jedynie za pomocą specjalnych kursów, organizowanych przy wszystkich wszechnicach, przyczem udział w kursach musi być jak najbardziej ułatwiony, a kursa, prócz części teoretycznej, muszą mieć część praktyczną, na którą należy położyć silny nacisk.

Rzecz prosta, że dla ogółu lekarzy wystarczy znacznie mniejszy zakres wykształcenia w wychowaniu fizycznym, niż dla lekarzy, którzy mają stale współdziałać w wychowaniu fizycznym w szkole, armji, w towarzystwach zajmujących się ćwiczeniami cielesnymi, zwłaszcza sportem, którzy mają tam nie tylko współpracować, ale i nadzorować kierownika ćwiczeń i mieć w ciągłej opiece wszystkich ćwiczących, którzy muszą zatem w pewnym zakresie wiedzieć o wychowaniu fizycznym conajmniej tyle, jak ów kierownik ćwiczeń, a ośwładać zu-

pełnie metody badania i oceny wpływu ćwiczeń cielesnych na ustrój, nie wyjmując metod w zwykłej praktyce lekarskiej nie stosowanych.

Takie przygotowanie lekarzy-specjalistów będzie wymagać specjalizacji, analogicznej do specjalizacji w różnych gałęziach medycyny, lub nauk o nią opartych.

Specjalne kwalifikacje lekarzy szkolnych, sportowych i wojskowych w znawstwie wychowania fizycznego, to postulat, będący nieuniknioną konsekwencją idei powszechnego wychowania fizycznego. Spełnienie tego postulatu zależy nietylko od chęci kół lekarskich — tych chęci z pewnością nie braknie — ale też od rychłej rozbudowy wyższych studjów wychowania fizycznego, które mając i ten cel przed sobą, nie mogą nie oprzeć się o uniwersytety.

Na tem ogólnem rozpatrzeniu, czego wymagać będzie od lekarzy wprowadzenie powszechnego wychowania fizycznego i jakie są zasadnicze warunki, aby lekarze tym wymaganiom sprostali, nie kończy się jednak zadanie mojego niniejszego referatu. W ścisłym bowiem związku ze sprawą roli lekarzy w powszechnem wychowaniu fizycznym stoją dwa zagadnienia praktyczne: jak duży teren pracy na tem polu czeka lekarzy w bliskiej przyszłości i w jaki sposób zostanie on utworzony.

Na pierwsze z tych pytań odpowiedzieć dokładnie nie można: zależy to bowiem będzie od kilkorakich, dziś jeszcze ściśle nie określonych czynników. Najważniejszym z nich jest stworzenie dostatecznie licznych i należycie wykształconych kadr instruktorskich, w których rękach spocznie całe wykonawstwo wychowania fizycznego. Bez tego ani wypracowanie norm lekarskich, ani doradcza działalność lekarzy nie na wiele się przyda. Kadry instruktorskie dostatecznie najpewniej, najłatwiej i najszybciej posiada armja. Najpewniej, bo na potrzeby armji, jako bezpośredniej obrony kraju, muszą zawsze znaleźć się środki, najłatwiej i najszybciej, bo dla podoficerów, jako pomocniczych instruktorów wychowania fizycznego, wystarczą krótsze, kilkumiesięczne kursa kształcące. Takim instruktorom można bez obawy szkód powierzyć ma-

terjał, złożony z ludzi dorosłych lub prawie dorosłych. Wojskowe ćwiczenia cielesne, mające specjalnie wojskowe cele na oku, wymagają też od instruktorów mniej, bo obejmują zakres mniejszy. Jednak zastęp instruktorów wojskowych pomocniczych z tych samych właśnie względów nie może być źródłem, z którego można czerpać wychowawców fizycznych dla ludności cywilnej, zwłaszcza dla szkół.

Punkt ciężkości leży więc w kształceniu oficerów poza armją. Wszak stworzenie pogotowia obronnego przez wychowanie fizyczne odbywać się musi, jak już wspomniałem, poza armją, obejmującą tylko małą część ludności, oraz poza tym stosunkowo krótkim okresem, jaki trwa służba wojskowa. Potrzeba więc będzie instruktorów dla ludności cywilnej bardzo wielu i znacznie dłużej kształconych, niż pomocniczy instruktorowie wojskowi. Należy sobie to bardzo jasno uprzytomnić, że koszt kształcenia i utrzymywania takiej liczby instruktorów będzie znaczny, że należyte wykonanie powszechnego wychowania fizycznego obciąży budżet państwowy czy budżety samorządowe, że w każdym razie nałoży na ludność pewien ciężar finansowy. (W Anglii obliczają budżet roczny kultury cielesnej na 435 milionów, w Niemczech na 135 milionów, we Francji na 10 milionów franków.) Należy to sobie jasno uprzytomnić dlatego, żeby ten konieczny wydatek nie był spychany na szary koniec, żeby w powszechnem wychowaniu fizycznym nie ograniczono się dla oszczędności do półśrodków. Pogotowie obronne Państwa jest rzeczą zbyt poważną, aby można ryzykować szkody, jakie zawsze i wszędzie pociągają za sobą półśrodki.

Co więcej, zanim wejdą w życie te, czy inne pomysły powszechnego wychowania fizycznego, należy sobie bardzo jasno uprzytomnić, że ich wynik zawisł od ich wykonalności, a przedewszystkiem do tego, czy będzie je miał kto wykonać? Dlatego z pośród tych pomysłów muszą po nader rozważnem badaniu wybrane być takie sposoby, a sposobom tym nadana taka forma, iżby skutek nie

zawiódł nawet przy zbyt małej zrazu liczbie powołanych wykonawców.

Nie chęć krytyki, lub rekryminacji, lecz troska i obawa zmusza tu do zaznaczenia, że w sprawie dostatecznego zaopatrzenia kraju w instruktorów wychowania fizycznego jesteśmy bardzo w tyle, że kwoty dotychczas na to wydawane były zupełnie niedostateczne, że wkońcu zwinięcie przed dwoma laty trzech państwowych Kursów wychowania fizycznego było błędem i na sprawie powszechnego wychowania fizycznego musi się odbić szkodliwie. Jeżeli w badaniach naukowych wychowania fizycznego decentralizacja jest co najmniej pożyteczna, to w kształceniu wychowawców fizycznych jest ona bezwzględnie konieczna. W państwie tak wielkiem i ludnem, jak Polska, i przy zapotrzebowaniu tak wielkiem, jak p o w s z e c h n e wychowanie fizyczne, kształcenie w razie centralizacji mogłoby być tylko masowe, a kształcenie masowe jest wręcz przeciwne samej istocie nauczania tej gałęzi. Byłoby to więc nie kształcenie, lecz raczej jego powierzchozna parodja. Centralizacja, możliwa w krajach małych, jak Danja, Finlandja, a choćby Szwecja, wykluczyłaby u nas prawie zupełnie młodzież z odleglejszych prowincyj od kształcenia się na wychowawców fizycznych, a wreszcie i tutaj, jak w badaniach naukowych, brak współzawodnictwa i wzajemnej kontroli zagraża zastojem. Przykładem i tu Szwecja.

Nie poruszam tu pytania, czy dostatecznie zdajemy sobie sprawę, że kształcenie wychowawców fizycznych dla szkół, to jeszcze nie wszystko, co można i należy uczynić dla p o w s z e c h n e g o wychowania fizycznego. Wszakże nie jest to rzecz drobna: powszechne wychowanie fizyczne, jako przygotowanie pogotowia obronnego państwa, musi objąć całą ludność, nie tylko młodzież szkolną.

Sposób przygotowania terenu dla powszechnego wychowania fizycznego może być trojaki: przez wciągnięcie ludności do dobrowolnego udziału w wychowaniu fizycznym i ćwiczeniach cielesnych, przez przymus pośredni i przez przymus bezpośredni.

Pierwszy sposób stosuje m. i. Finlandja, drugi częściowo — Niemcy, trzeci — Francja. Finlandja propaguje usilnie lekką atletykę, gimnastykę i sporty wśród całej ludności miejskiej i wiejskiej, przez szkołę i związki gimnastyczno-sportowe, za pomocą systemu odznak, udzielanych na zasadzie egzaminu z usprawnienia fizycznego i dorocznych zawodów w każdej wsi i mieście. Niemcy, skrępowane po wojnie, nie mogą stosować powszechnego przymusu bezpośredniego, ale obok niezmiernie silnej propagandy (w 1914 r. 9000 towarzystw sportowych, 1922 — 31.300, 1924 — 65.000!) stosują przymus pośredni, zaczynając od tych warstw, które swoim wpływem i własnym przykładem mogą za sobą pociągnąć cały naród. Studenci szkół wyższych niemieckich nałożyli już przed paru laty na siebie obowiązek ćwiczeń fizycznych i obmyślili sposoby wywarcia skutecznej presji na wszystkich bez wyjątku kolegów. Pruskie ministerstwo wyraziło w rozporządzeniu z dnia 18. 8. 1924 r. „życzenie“, aby każdy student szkół wyższych uczestniczył w ćwiczeniach fizycznych, przynajmniej przez cały pierwszy rok studjów, i zarządziło wpisywanie tego udziału do świadectw uniwersyteckich jako ewentualnego warunku dopuszczenia do egzaminów, a rozporządzeniem z 24-go marca r. bieżącego nałożyło obowiązek ćwiczeń fizycznych i słuchania teorii wychowania fizycznego na studentów filologii, wkrótce ma zaś zarządzić to samo do medyków i techników. Przymus bezpośredni wprowadziła Francja w postaci ustawy.

Nie ulega wątpliwości, że wdrożenie ludności do powszechnego wychowania fizycznego powinno się odbywać wśród jak najsilniejszej propagandy wszelkimi możliwymi środkami. Ale na ograniczanie się do samej niemal propagandy może sobie pozwolić tylko kraj tak wysokiej kultury, o tak jednolitej i uświadomionej politycznie ludności, jak Finlandja. W Polsce poziom kultury i skład etniczny ludności czynią niezbędnym przymus i — cokolwiekby można mówić o ograniczeniu praw obywatelskich przez nowe ustawowe ciężary — zmuszają do wprowadzenia ustawy o powszechnem wychowaniu fizycznym, jako do konieczności państwowej.

Projekt tej ustawy, przygotowywany już od lat kilku, nie jest w obecnej swej postaci dokładniej znany publicznie. Ma to być podobno ustawa ramowa, pozostawiająca sposób przeprowadzenia powszechnego wychowania fizycznego, nawet co do zasadniczych punktów — rozporządzeniom wykonawczym. Tem więcej jednak byłoby wskazane, aby tu nie pominięto opinii tych czynników, które w wykonaniu ustawy mają współdziałać. Stać się to powinno przez zasiągnięcie zdania znawców wychowania fizycznego, znawców szkolnictwa wszystkich stopni i stosunków lekarskich, oraz uniwersyteckich, i to z różnych części Państwa.

Taka ankieta dotąd się nie odbyła. Nie opóźniłaby ona wniesienia projektu do ciał ustawodawczych, a sprawie mogłaby wyjść tylko na korzyść.

WNIOSKI.

XII Zjazd lekarzy i przyrodników polskich uchwali:

1. Zjazd uznaje za niezbędną ustawę o powszechnem wychowaniu fizycznem, które ze względu na pogotowie obronne kraju jest koniecznością państwową.

2. Zjazd uważa za potrzebne zasiągnięcie zdania szerszej ankiety przed wniesieniem projektu takiej ustawy do Sejmu.

3. Zjazd uważa za niezbędne utworzenie lub przywrócenie Państwowych szkół wychowania fizycznego (pod nazwą kursów lub instytutów), opartych o uniwersytety, we wszystkich miastach uniwersyteckich.

4. Zjazd zaleca włączenie do studjów uniwersyteckich, zwłaszcza Wydziałów filozoficznego i lekarskiego, praktycznego i teoretycznego nauczania wychowania fizycznego, i stworzenie w tym celu katedr wychowania fizycznego (o ile zaś to na razie jest niemożliwe, płatnych docentów lub lektorów), oraz systematyzowanie posad instruktorów wychowania fizycznego w szkołach wyższych.

5. Zjazd uważa za szczególnie potrzebne kształcenie w wychowaniu fizycznym ogółu lekarzy (w czasie studjów lub przez kursa i t. d.), a za konieczne — specjalne kształcenie w tym zakresie lekarzy szkolnych, wojskowych i sportowych.

Prof. Uniw. St. Ciechanowski, Kraków.

Rola lekarza w wychowaniu, w szczególności w wychowaniu fizycznym.

(Referat programowy.)

Mając podać w ogólnym zarysie granice zakresu działania lekarza w wychowaniu i główne wytyczne zasadniczego programu, zdaję sobie dokładnie sprawę z trudności tego zadania. Takie bowiem programy i zasadnicze zagadnienia bywają zazwyczaj najbardziej sporne, budzą najwięcej wątpliwości i najłatwiej wymykają się usiłowanym ściśle przedmiotowemu ujęciu.

Najskromniejsze zadanie przypada lekarzowi w wychowaniu moralnem. Uczestniczyć w niem ma lekarz sposobność chyba przygodną, i to rzadką, a nie ma w ręku prawie żadnego z tych środków pedagogicznych, które tu są właściwe. Rola lekarza jest tu raczej bierna, niż czynna. Polega ona na tem, aby wystrzegać się wypowiedania zdań, któreby nie licowały z zasadami wychowania moralnego, a zwłaszcza sądów, opartych tylko na przypuszczeniach, ściśle naukowo nie udowodnionych; sądy takie wychodzące z ust lekarza, łąco bowiem mogą być przez laików brane za pewniki, chociaż wcale niemi nie są. Czynne zadanie przypada lekarzowi jedynie na tym punkcie, gdzie moment moralny współdziała w walce z chorobami zaraźliwemi (zwłaszcza wenerycznemi). Zaufany lekarz domowy i lekarz szkolny powinni umieć wyszukać ten moment dla walki z tą klęską społeczną.

O wiele już większe, aczkolwiek także ograniczone zadanie ma lekarz na terenie wychowania intelektualnego. Tutaj musi niejednokrotnie wkraczać i lekarz domowy, najczęściej pedjatra lub neurolog, i lekarz szkolny. Orzeczenie lekarza

bywa rozstrzygające. Ale z tego zakresu przypada na lekarza domowego część mała, i to prawie tylko w dziedzinie patologii zjawisk umysłowych lub na pograniczu tej dziedziny. Większe pole ma przed sobą lekarz szkolny. Działalność jego nie ogranicza się tylko do tamtych dziedzin. Dotyczy ona fizjologii i higieny pracy umysłowej; wpływać może i powinna w stopniu znacznym na organizację i sposób prowadzenia wychowania umysłowego w szkole, odbijać się na układzie planów szkolnych, na metodzie nauczania, na postępowaniu dydaktycznym i wychowawczem grona nauczycielskiego. Lekarzowi szkolnemu nie wystarczą też tu wiadomości, jakie dają zwykłe studia lekarskie. Potrzebna mu jest w jego zawodzie szersza znajomość psychologii i pedagogji. (Tę stronę roli lekarza w wychowaniu przedstawią osobni referenci, nie mogę więc tu dłużej się nad nią zatrzymywać.)

Największa jednak rola przypada lekarzowi w wychowaniu fizycznym.

Jest ona tak rozległa i ważna, że się ją nieraz przecenia, sławiając wśród czynników, współdziałających w wychowaniu fizycznym, rolę lekarzy na miejscu naczelnem, głównem, albo co najmniej w równym rzędzie ze wszystkimi innymi czynnikami.

Zdaje mi się, że takie pojmowanie roli lekarza w wychowaniu fizycznym polega na niewłaściwej ocenie wzajemnego stosunku czynników wychowawczych; skutek tego zakresu działania lekarza w wychowaniu pojmuje się za szeroko.

Prawie cała treść wychowania i jego całe wykonanie zależy od czterech czynników, na które lekarz może wpływać pośrednio i częściowo. Temi czynnikami są: dom, — to jest najczęściej rodzina, — otoczenie, to jest rówieśnicy, — szkoła, — a wreszcie w pewnym stopniu, co do młodzieży męskiej, armja. Zależność wychowania od tych czterech czynników odnosi się także do wychowania fizycznego, które od całości wychowania nie da się oderwać.

Stąd punkt ciężkości w zagadnieniach wychowawczych, — także w zakresie wychowania fizycznego, — leży w popula-

ryzowaniu zasadniczych wiadomości wychowawczych wśród kół rodzicielskich, w należytem kształceniu wychowawców-nauczycieli według wypróbowanego dłuższem doświadczeniem programu i w uchwyceniu, — w granicach możliwości, — w pewne ramy wzajemnego samowychowania się młodzieży.

Z tych trzech zadań najbardziej zaniedbana jest strona fizyczno-wychowawcza w zakresie pouczania rodziców i kształcenia kierowników wychowania fizycznego szkolnego, oraz ich pomocników; w kształceniu tem osobne miejsce zająć musi kształcenie specjalistów (kierowników), a osobne kształcenie ich naturalnych współpracowników, to jest członków gromad nauczycielskich.

Zadania lekarzy w wychowaniu fizykiem nie są ze wspomnianemi czterema głównemi czynnikami wychowawczemi współmierne. Ograniczają się one tylko do działalności normatywnej, doradczej i kontrolnej.

Opracowanie norm lekarskich i higienicznych wychowania fizycznego należy tylko do tego szczupłego grona lekarzy, oraz fizjologów i higienistów, które może poświęcić się specjalnym badaniom naukowym. Normy te bowiem muszą być oparte na badaniach naukowych i z nich tylko mogą być wysnute. Badania takie są wprawdzie w pewnym ciasnym zakresie możliwe bez pomocy specjalnych pracowni, jednakże szersze i głębsze badania bez takich pracowni obejść się nie mogą. Pytanie, czy ośrodkiem tych badań ma być osobny centralny instytut, tylko jeden na całe Państwo, czy też może nastąpić decentralizacja, rozstrzygnąć należy po przedmiotowym rozpatrzeniu sprawy na rzecz decentralizacji. Do tego wniosku doszedł w Niemczech przed paru laty prof. dr. Gruber i nie do innego wniosku dochodzi się, rozpatrując stosunki polskie. Przeciwno utworzeniu jednego tylko na całe Państwo instytutu centralnego przemawia względ zasadniczy i względ utylitarny. Zasadniczy, ponieważ postęp nauki stoi w stosunku do liczby warsztatów pracy naukowej, a może znacznie ucierpieć lub nawet ustać, gdy braknie współpracownictwa i krytycznej kontroli (dowodem na to, los centralnego Instytutu szwedzkiego). Utylitarny, ponieważ utworzenie nowej insty-

tucji wymaga znacznych nakładów, zasobów środków i ludzi. Jednych i drugich zaś nie mamy do zbytku i niebardzo jest ich skąd zaczerpnąć. Te zaś środki, które na wychowanie fizyczne da się z kraju wycisnąć, na które niezamożne nasze społeczeństwo może się zdobyć, będą z pewnością przez szereg lat w stosunku do potrzeb za szczupłe, muszą więc być użyte jak najekonomiczniej i nie mogą być marnowane na zakładanie, wyposażanie i utrzymywanie nowych, a nie koniecznych instytucyj. Równie ważnym względem utylitarnym jest trudność znalezienia dla nowej instytucji — kierownika i pracowników naukowych bez wyrwy w innych, istniejących a koniecznych instytucjach. Słusznie podniósł prof. dr. Gruber, że dla osobnego centralnego instytutu konieczni byłiby wybitni i doświadczeni uczeni, — a tacy nie rodzą się na zawołanie. Wszak nawet nasze wszechnice odczuwają brak przyrostu badaczy w tych właśnie działach nauki, któremi zajmowałby się nowy instytut, i ani jednego ze swych pracowników nie mogłyby mu odstąpić.

Wobec konieczności centralizacji rozwiązałoby sprawę najlepiej i najekonomiczniej oparcie się o uniwersytety, a zwłaszcza o ich Wydziały Lekarskie, które posiadają już gotowe warsztaty pracy, całkowicie odpowiadające celowi lub przynajmniej zbliżone zadaniami i wyposażeniem, a także posiadają wyrobionych pracowników w działach, związanych z wychowaniem fizycznym (fizjologia, higiena, patologia, ortopedia, — psychologia, pedagogia). Oparcie się o uniwersytety jest tem bardziej wskazane, że bez tego byłyby niewykonalne w należytych rozmiarach zadania dydaktyczne. Te zadania dydaktyczne w wychowaniu fizycznym rozpadają się na: 1) kształcenie ogółu lekarzy i ogółu wychowawców już w czasie ich studjów uniwersyteckich (studentów medycyny i filozofji), jako też po ukończeniu tych studjów, w głównych zasadach nauki o wychowaniu fizycznym; 2) kształcenie w zakresie większym lekarzy-specjalistów, jak szkolnych, sportowych; 3) kształcenie specjalistów wychowania fizycznego. Wreszcie w tych warunkach dałoby się rozwiązać najłatwiej inne jeszcze zadanie, o którym tu mimochodem tylko wspomni-

nam, mianowicie 4) piecza o kulturę cielesną młodzieży szkół wyższych.

Z wymienionych zadań dydaktycznych istnieje w Polsce podstawa tylko dla jednego, to jest dla kształcenia specjalistów wychowania fizycznego. Zadanie to spełni uniwersyteckie „Studjum wychowania fizycznego“, tworzone stopniowo we wszystkich naszych wszechnicach na zasadach, określonych niedawnem rozporządzeniem Ministerstwa W. R. i Oświecenia Publicznego. Dla kształcenia natomiast ogółu lekarzy i wychowawców w zakresie wychowania fizycznego nic jeszcze nie uczyniono. Konieczne są tu dopełniające wykłady, pokazy i ćwiczenia, tak zorganizowane, aby studenci w czasie lat uniwersyteckich łatwo i bez uszczerbku dla właściwego przedmiotu swych studjów mogli z nich korzystać. Tą drogą poszedł naprzykład w Niemczech uniwersytet w Giessen, a za nim pójdą wkrótce, stosownie do uchwały związku szkół wyższych niemieckich, inne tamtejsze szkoły wyższe. Możliwy też rozwiązać to zadanie przez zorganizowanie odpowiednich „kursów“ dla młodzieży uniwersyteckiej przy „Państwowych Instytutach wychowania fizycznego“, o ile te instytuty, przewidywane w drugim rozporządzeniu Ministerstwa W. R. i Oświecenia Publicznego, powstaną, jak to być powinno, we wszystkich naszych miastach uniwersyteckich i będą oparte o uniwersytety.

W najbliższych latach potrzebne jest oprócz tego obeznanie się z zasadniczymi wiadomościami z wychowania fizycznego przez ogół lekarzy praktykujących, którzy nie mieli żadnej sposobności zapoznać się z tym działem nauki w czasie swych studjów. Niemcy próbują rozwiązać to zadanie zapomocą kursów, urządzanych w berlińskiej „Wyższej Szkole wychowania fizycznego“ (Deutsche Hochschule für Leibesübungen), jednak dotąd za krótkich, ledwo kilkunastodniowych. Wielką pomocą mogłyby tu być w naszych warunkach obok kursów czasopisma ogólnolekarskie, gdyby wprowadziły na swe łamy stały dział wychowania fizycznego.

Zadania doradcze i kontrolne (nadzorcze) w wychowaniu fizycznym przypadają czterem kategorjom lekarzy: lekarzom domowym, szkolnym, sportowym i wojskowym.

Działalność tych lekarzy musi polegać na zastosowaniu gotowych norm, ustalonych przez grupę badaczy, pracującą naukowo w zakresie wychowania fizycznego; nie może zaś ta działalność polegać na samodzielnem szukaniu drogi, do czego z wyjątkiem studj lekarskich w zakresie dzisiejszym nie dają dostatecznych podstaw. Ale i zastosowanie norm już gotowych wymaga osobnego kształcenia, którego lekarzom nasze uniwersytety dotąd nie dają. W bliskiej przyszłości, po wejściu w życie ustawy o powszechnem wychowaniu fizycznym, będzie musiał każdy lub prawie każdy lekarz posiadać przygotowanie do zadań doradczych; w przeciwnym bowiem razie w stanowisku i opinjach lekarzy w zakresie wychowania fizycznego będzie nadal panować dotychczasowa niejednorodność i dowolność, osłabiająca zaufanie do ich wiedzy w tym zakresie i szkodliwa dla samejże akcji wychowania fizycznego. Ta konieczność wykształcenia specjalnego w wychowaniu fizycznym dotyczy oczywiście w tem większej mierze lekarzy szkolnych, sportowych i wojskowych. Powołani są oni bowiem nie tylko do zadań czysto doradczych i nie tylko do współpracy z kierownikami wychowania fizycznego w szkole, armji i towarzystwach sportowych i gimnastycznych, ale mają nad działalnością tych kierowników wykonywać prócz tego stale nadzór, mają mieć w ciągłej opiece całe zastępy ćwiczących. Muszą zatem w pewnym zakresie wiedzieć o wychowaniu fizycznym conajmniej tyle, jak każdy ukwalifikowany wychowawca fizyczny, muszą znać całą teorię wychowania fizycznego, a w metodyce i systematyce ćwiczeń mieć wiadomości nie tylko książkowe, wreszcie muszą doskonale władnąć metodami badania i oceny wpływu różnych ćwiczeń cielesnych na ustrój, nie wyjmując metod, nie stosowanych w zwykłej praktyce lekarskiej. Do tych krótkich uwag o zadaniach lekarzy szkolnych, sportowych i wojskowych ograni-

czam się ze względu na to, że tę stronę sprawy rozpatrzą szczegółowo inni referenci zajmującego nas tutaj tematu programowego.

Sądzę, że należyte przygotowanie takich lekarzy-specjalistów nie da się osiągnąć w czasie studjów uniwersyteckich. Będzie ono wymagać podobnej organizacji, jak specjalizacja w różnych gałęziach medycyny lub nauk, o nią opartych. Podobnie, jak lekarz w służbie zdrowia publicznego, jak lekarz wojskowy musi przejść czy to przez kursa aplikacyjne, czy też przez okres wstępnej przygotowawczej w swej służbie praktyki, a w przyszłości będzie zapewne musiał składać egzamina specjalne (fizykackie, sztabowe), — tak samo i lekarz, mający być doradcą i nadzorcą wychowania fizycznego, musi w tym celu uzupełnić swe kwalifikacje, w przyszłości — udowadniając to zapewne również specjalnym egzaminem.

Dla organizacji specjalistycznego kształcenia lekarzy szkolnych, sportowych i wojskowych w wychowaniu fizycznym niema dotąd wypróbowanych wzorów. Wprawdzie na przykład w Niemczech zanosi się na obowiązkowe kształcenie kandydatów na lekarzy szkolnych i sportowych, na razie jednak mogą oni tylko dobrowolnie przechodzić trzymiesięczne kursa, urządzane dla lekarzy szkolnych, gminnych i okręgowych w trzech „Akademjach sportowo-higienicznych” (Berlin-Charlottenburg, Wrocław, Düsseldorf) z bardzo skromnem zapewne uwzględnieniem wychowania fizycznego. Ale przecież nie należy koniecznie oglądać się na zagranicę, ani czekać na przykłady cudze, którychby i tak, gdyby istniały, nie można ślepo naśladować. Można iść własną drogą, należy jej szukać.

Mniemam, że i tutaj należałoby się oprzeć o uniwersyteckie „Studja wychowania fizycznego”, przy których nie byłoby trudno zorganizować systematyczne kilkumiesięczne kursa o odpowiednim poziomie i zakresie. Gdyby od kandydatów na lekarzy szkolnych żądano specjalnych kwalifikacyj, to kandydaci tacy na pewno samiby się postarali o takie kursa, nawet prywatne, podobnie, jak to robią kandydaci do egzaminu fizykalnego, wymaganego w publicznej służbie zdrowia (w b.

Galicji). Można być pewnym, że także i towarzystwa sportowe dawać będą pierwszeństwo lekarzom, specjalnie ukwalifikowanym.

Wyższym niejako stopniem w hierarchji lekarzy szkolnych będą stanowiska naczelnych lekarzy w kuratorjach szkolnych, konsulentów i inspektorów lekarsko-szkolnych (i wychowania fizycznego) wojewódzkich. Stanowiska te gdzieindziej już utworzono. Z natury rzeczy będzie to grupa lekarzy bardzo nieliczna, ale rola jej bardzo doniosła. Do spełnienia swych zadań będą ci lekarze musieli oprócz ukończenia uniwersyteckiego „Studjum wychowania fizycznego“ zapewne przechodzić jeszcze studia zagraniczne.

Pozostaje mi jeszcze dotknąć jednej strony roli lekarzy w wychowaniu fizycznym, którą jednak na równi z nimi pełnić może każdy obywatel Państwa, o ile świadom jest znaczenia wychowania fizycznego i kultury cielesnej dla obronnego militarnego pogotowia kraju, dla sprawności wytwórczej, a więc ekonomicznego postępu, i dla poprawy zdrowia ludności. Jest to rola propagatorska, agitacyjna.

Każdy śmiały i przewidujący obywatel kraju może propagować, krzewić i popierać wychowanie fizyczne; każdy polski lekarz — powinien. Powinien dlatego, że jego wiedza lekarska już sama przez się, bez uzupełnienia nauką o wychowaniu fizycznym, pozwala mu w każdym razie zrozumieć doniosłość militarną, ekonomiczną i społeczno-higieniczną wychowania fizycznego, niż komukolwiek innemu. Powinien dlatego, że ma wstęp i posłuch wszędzie, w każdej sferze i w każdym domu. Powinien dlatego, że społeczeństwo uważa lekarzy słusznie za najbliższych tym sprawom i że do ich głosu przykłada wagę.

Powinien wreszcie i dlatego, że jest lekarzem polskim, a chlubą polskich lekarzy jest, i oby było zawsze, że nikomu nie dawali się wyprzedzić w żadnej sprawie, która miała na celu dobro Ojczyzny i współobywateli.

Doc. Dr. T. Jaroszyński, Warszawa.

Rola psychologa w wychowaniu fizycznym.

W dotychczasowem oświetleniu znaczenia wychowania fizycznego przeważnie podnosi się dodatni wpływ ćwiczeń cielesnych na stan zdrowia młodzieży, na sprawność fizyczną młodego organizmu, i słusznie przeciwstawia się ten pogląd opinjom dawniejszym, które pragnęły jedynie siłę i zręczność uważać za cel kultury cielesnej. Te spory, zresztą już dziś przebrznięte, najtrafniej zostały ujęte przez Tissie w formułach: dawna zasada „*La santé par la force*” (siła kosztem zdrowia) ustąpić powinna zasadzie nowoczesnej: „*La force par la santé*” — „przez zdrowie do siły”.

Jednakże obecnie przy omawianiu znaczenia kultury cielesnej rozumowania tego rodzaju, oparte na przesłankach fizjologiczno-higienicznych, nie mogą być uważane za wystarczające. Nie przemawiają one w sposób dostatecznie wymowny do przeciwników należytego traktowania wychowania fizycznego, którzy i dziś jeszcze pragną mówić o jednostronności gimnastyków i sportowców, antagonizmie w rozwoju fizycznym i duchowym, o wyłączeniu celów moralno-wychowawczych. I otóż tym poglądom należy przeciwstawić argumenty, wysunięte przez lekarza-psychologa, który charakteryzuje znaczenie wychowania fizycznego pod względem pedagogicznym. Argumenty te stwierdzają, że kultura cielesna, prócz zbawionego wpływu na stan zdrowotny, rozwija cechy etyczno-społeczne, uwzględnia czynnik estetyczny, wyrabia siłę charakteru i potęguje ogólną energję duchową jednostki. „Na placu gier i zabaw najlepsza praktyczna nauka moralności”, — jest to już zdanie wypowiedziane dawno, a dziś jeszcze dobitniej wyraża tę myśl maksyma amerykańska: „Lepsze boisko bez szkoły, niż szkoła bez boiska”.

Pierwsze zatem zadanie psychologa w wychowaniu fizycznym — to współdziałanie w propagandzie przez wyjaśnienie istotnej wartości ćwiczeń cielesnych pod względem higieniczno-wychowawczym. Analiza psychologiczna poszczególnych dziedzin kultury fizycznej

stwierdza wpływ gimnastyki na karność, systematyczność i porządek, znaczenie gier ruchowych przez wyrabianie wśród młodzieży instynktu zbiorowego, poczucia sprawiedliwości i tych podwalin życia społecznego, jakimi są współzawodnictwo i współdziałanie, — wreszcie znaczenie sportów dla psychiki indywidualnej drogą kultu odwagi, inicjatywy, pewności siebie i przytomności umysłu.

Jednakże badanie psychologiczne nie może być jednostronne, — dalsza analiza wychowania fizycznego, zwłaszcza w dziedzinie praktycznego wykonania, doprowadza z drugiej strony do wniosków, które stanowią poniekąd jego charakterystykę negatywną i wnioski powyższe mogą stanowić punkt wyjścia do reformy i przetworzenia strony techniczno-wykonawczej w dziedzinie wychowania fizycznego. Tak np. gimnastyka mimo bezsprzeczne zalety stanowi zabieg, pod względem psychologicznym często zbyt monotony, jednostajny oraz nużący (zwłaszcza w dawnych wzorcach, bez włączania do programu gier ruchowych). Wykonywanie ćwiczeń na rozkaz ma charakter bierny, rozwój samodzielności mało jest w tym wypadku uwzględniany. Jako lekcja, która odpowiada poniekąd niezbędnej gramatyce przy nauczaniu języków, często nie budzi wśród młodzieży (zwłaszcza przy nieodpowiednim kierownictwie) żywszego zainteresowania. W grach ruchowych, przeciwnie, widzimy pierwiastek zainteresowania w stopniu najwyższym, jednakże w tym wypadku współzawodnictwo w dążeniu do zwycięstwa nieraz dochodzi do przesady, — i wskutek zaciętrzewienia przeciwników niejednokrotnie walka przestaje być zabawą, lecz staje się walką prawdziwą, co doprowadza do skutków nader niepożądanych (dotyczy to zwłaszcza piłki nożnej). Jeszcze więcej stron ujemnych widzimy w dziedzinie sportu, gdzie skądinąd pożyteczna zasada dążenia do osiągnięcia sprawności w określonej dziedzinie, dochodzi do spaczenia i nadużyć wskutek systemu w wysokim stopniu pobudzających emulację rekordów i prowadzenia zawodów sportowych w charakterze podniecających widowisk publicznych.

Niebezpieczeństwa sportów i zawodów lekkoatletycznych nieumiejętnie organizowanych powstają głównie z powodu nieznamośności praw pewnego objawu fizjologicznego, a mianowicie zmęczenia, występującego podczas wszelkiej pracy mięśniowej. I w tym wypadku właśnie psychologiczny punkt widzenia ma rozstrzygające znaczenie. Gdy bowiem sprawie przedmiotowo-fizjologicznej towarzyszy stan subiektywny — znużenie — wówczas ten sygnał ostrzegawczy wskazuje na potrzebę wyrównującego odpoczynku. Gdy jednak skutek podniecenia psychicznego, żądzy zwycięstwa, zwłaszcza wobec licznie zgromadzonych widzów, ginie ten stan podmiotowy, będący poniekąd konieczną klapą bezpieczeństwa, w normalnie funkcjonującej psychice, wówczas nie odczuwający zmęczenia zawodnik dochodzi wreszcie do wyczerpania. I często występujące w tych warunkach „śmiertelne znużenie“ doprowadza do skutków tragicznych (porów. opis zesłorocznej Olimpiady w „Opiece nad dzieckiem“).

Dla ilustracji tych rozumowań załączamy kilka fotografii z dziedziny wyrazu mimicznego zmęczenia. Fig. 1 przedstawia chorą, cierpiącą na ciężką myastenję, u której patologiczne zmęczenie doprowadza do niemożności otwarcia powiek i zamknięcia ust oraz krańcowej apatii w rysach twarzy. Podobny wyraz zmęczenia (maskę senności) widzimy na twarzy Finlandczyka Sternroosa, który w roku ubiegłym wygrał bieg Maratoński na igrzyskach olimpijskich w Paryżu. (Fig. 2 a przedstawia twarz normalną, 2 b twarz w chwili ukończenia biegu.) Podobnie na twarzy Włocha Bottechia, zwycięzcy wyścigów kolarskich we Francji, widzimy maskę zmęczenia (fig. 3) o wyrazie wybitnego cierpienia psychicznego. W obu wypadkach mamy do czynienia z okresem patologicznego działania przemęczenia, które znalazło wyraz w zewnętrznej mimicznej ekspresji.

Rola psychologa w wychowaniu fizycznym może wystąpić wyraźnie jedynie w tym wypadku, gdy studja i instytucje wychowania fizycznego w większym stopniu zainteresują się badaniami psychologicznymi nad słuchaczami, uprawiającymi ćwiczenia cielesne. Pole do tych badań jest



Fig. 1.



Fig. 2 a.



Fig. 3.



Fig. 2 b.

rozległe i zastosowanie praktyczne może mieć miejsce w wielu kierunkach. Tak np. nader ważną sprawą jest rozstrzygnięcie, jaki jest stosunek rozwoju psychicznego do fizycznej ewolucji dziecka oraz w jakim stopniu ćwiczenia cielesne wpływają na wydajność pracy i zdolności intelektualne młodzieży. Jeżeli w pewnych okresach rozwoju dziecka stwierdza się antagonizm pomiędzy stroną cielesną a duchową, to jednakże czy ten objaw nie wynika wskutek zaniedbania wychowania fizycznego, jego dotychczasowej jednostronności i czy przeciwnie nie można stwierdzić na zasadzie badań psycho-fizjologicznych, że istnieje dodatnia współzależność pomiędzy zdrowiem fizycznym a rozwojem intelektualnym u młodzieży? Że tak jest istotnie, można sądzić z dotychczasowych badań w tym kierunku L. Bykowskiego, Dra Macieszy i innych.

Pozatem wiele badań z dziedziny psychofizjologii oraz psychotechniki, przeprowadzonych nad młodzieżą, może dać niewątpliwie wyniki pod względem określenia przydatności badanych jednostek do poszczególnych ćwiczeń cielesnych i różnorodnych sportów. Na badaniach tego rodzaju muszą się opierać poradnie sportowe, w których prowadzić się powinna kontrola higieniczno-lekarska nad młodzieżą, uprawiającą ćwiczenia cielesne oraz selekcja jednostek, uzdolnionych do poszczególnych działów sportów. Pod tym względem mogą być miarodajne badania zmysłu wrażliwości dotykowej i bólowej, próby zręczności motorycznej, pewności ręki (badanie skłonności do drżenia), koordynacji wzrokowo-ruchowej (np. przy rzutach), czynności uwagi (np. przy szermierce), badanie sfery emocjonalnej w rozmaitych momentach podczas wykonywania trudniejszych czynności sportowych, poczucia rytmu (np. u wiosłarzy), badanie szybkości reakcji na dany sygnał (np. w chwili startu podczas biegów) i t. p.

Wogóle, gdy chodzi o zasadę indywidualizacji w wychowaniu fizycznym, psychologiczny punkt widzenia w tej dziedzinie ma znaczenie rozstrzygające. Jeżeli zalecamy małym dzieciom gry i zabawy ze śpiewem oraz początki gimnastyki w postaci ćwiczeń obrazowych, działających na

wyobraźnię (Falk), czynimy to ze względu na psychikę tych dzieci, skłonnych do zabawy i niezdolnych jeszcze do wysiłku systematycznego. Podobnie cechy psychiczne dziewcząt, ich mniejsza odporność, usposobienie uczuciowe, poczucie piękna — skłaniają wychowawców fizycznych do stosowania dla dziewcząt wzorców łagodniejszych, z uwzględnieniem ćwiczeń rytmiczno-estetycznych. Rozpowszechnienie harcerstwa głównie w wieku przejściowym znajduje również usprawiedliwienie psychologiczne ze względu na skłonność dzieci w tym wieku do wycieczek, podróży, przeżywania przygód, a dążność harcerstwa do samowychowywania młodzieży, w dziedzinie moralnej stanowi naturalną przeciwwagę dla wielu skłonności negatywnych, cechujących okres przejściowy. Zasada indywidualizacji wychowania fizycznego stosować się powinna do specjalnych właściwości psychofizjologicznych każdej fazy ewolucyjnej: dla małych dzieci najodpowiedniejsze są krótkotrwałe i raczej szybkie ćwiczenia, przeciwnie dla osób starszych — powolne i długotrwałe (formuła „krótki bieg” dla dzieci, „długi chód” dla starszych); pozatem dla młodzieży w pierwszym okresie szkolnym stosowne są ćwiczenia szybkości i zręczności, w drugim zaś okresie, pozaszkolnym — ćwiczenia siły i wytrzymałości.

Dalsze psychologiczne ujęcie zasady indywidualizacji oraz selekcji w zakresie wychowania fizycznego doprowadza do interesującego zagadnienia wyboru rodzaju ćwiczeń, najbardziej odpowiednich dla danej jednostki, zgodnie z jej upodobaniem i uzdolnieniem. Każdy sport bowiem, każda rozrywka fizyczna, jako wyraz specjalizacji w dziedzinie wychowania fizycznego, posiada inne zabarwienie pod względem psychologicznym i od tych właściwości zależne są zainteresowania poszczególnych jednostek. Tak np. kolarstwo stanowi sport o cechach ruchu automatycznego, w nikłym stopniu wymagającego czynności mózgowej, — dlatego też, mimo znane jego ujemne strony, nadaje się, jako rozrywka rekreacyjna dla pracowników umysłowych. Przeciwnie, szermierka w wysokim stopniu

zaprzęta czynność uwagi i wymaga silnego napięcia energii nerwowej, dlatego też w małym stopniu nadaje się dla osób przemęczonych (z drugiej strony może być wskazana dla osobników z usposobieniem flegmatycznym w celu ożywienia u nich działalności psychicznej). Wioślarstwo wymaga poczucia rytmu i wytrwałości, pływanie — odwagi i przytomności umysłu; tenis wpływa na rozwój uwagi, koordynację wzrokowo-ruchową i zmysł estetyczny, konna jazda działa jednocześnie uspakajająco i pobudzająco wskutek naprzemienności ruchów czynnych i biernych. Łyżwiarstwo i saneczkowanie wyrabiają lotność umysłu, działają rekreacyjnie, narciarstwo i taternictwo dają maximum zadowolenia duchowego przez urok krajobrazu górskiego i podniosły nastrój przebywania na wyżynach. I każdy z tych sportów pociąga ku sobie inne jednostki, zależnie od ich indywidualnych upodobań, zdolności oraz zainteresowania.

Analiza psychologiczna charakteryzuje boks, jako sport o cechach ujemnych pod względem społeczno-wychowawczym (wskutek brutalności i poniżającego charakteru walki zbyt bezpośredniej), podobnie piłka nożna nabiera zabarwienia negatywnego (ruch „kopania nogą” nie znajduje dodatniego odpowiednika w czynnościach ludzkich), i dlatego też należy się spodziewać, że sporty te, po chwilowem powodzeniu, będą interesowały nieliczne sfery społeczne. Na ich miejsce powinien powrócić u nas staropolski palant, wyrabiający instynkty zbiorowe nie gorzej od piłki nożnej, oraz walka na palcacy, która bardziej, niż boks, odpowiednia jest dla młodzieży w charakterze ćwiczenia, jako środka obrony osobistej.

Rozumowania powyższe w sprawie indywidualizacji wychowania fizycznego możemy posunąć jeszcze o krok dalej. Jeżeli wybór odpowiedniego ćwiczenia zależy z jednej strony od charakteru rozrywki fizycznej, a pozatem od zainteresowania i cech psychicznych jednostki ćwiczącej, to czy z kolei nie należałoby się zastanowić nad tem, jaki system wychowania fizycznego jest najbardziej odpowiedni w Polsce ze względu na cechy naszej

indywidualności narodowej? Zgóry przewidzieć można, że najwłaściwszą byłaby ta metoda, która przez racjonalne stosowanie mogłaby rozwijać zalety naszego charakteru, a jednocześnie zapobiegać utrwaleniu się cech negatywnych.

Otóż na zasadzie prac naszych pedagogów (Ciemniewski, Woroniecki, Zarzecki) zagadnienie to mogłoby być rozwiązane w następujący sposób: Polak jest wesołego, ruchliwego usposobienia, o temperamencie przeważnie sangwinicznym; do wad naszych należy brak wytrwałości, niekarność i brak solidarności, jako zalety zaś — można uważać skłonność do idealizmu, współczuwania i poczucie estetyczne. W myśl powyższej charakterystyki system wychowania fizycznego, stosowany u nas, powinien być w dostatecznym stopniu ożywiony ćwiczeniami interesującymi, a zatem w należytej mierze uwzględniać winien gry ruchowe i sporty, racjonalnie uprawiane. Stosowanie gier zbiorowych wskazane jest również ze względu na właściwy nam brak solidarności, pozatem wady nasze: niekarność i brak systematyczności nasuwają potrzebę oparcia wychowania fizycznego, jako na podstawie, na ćwiczeniach gimnastycznych. Godne są polecenia dla nas sporty wycieczkowe i związane z nimi ćwiczenia wytrwałości, pozatem ze względu na cechujące nas poczucie piękna, pożądane jest stosowanie płaśów narodowych, rytniki oraz posiadających pierwiastek estetyczny ćwiczeń lekkoatletycznych. Tym sposobem wydaje się najbardziej racjonalnem oparcie wychowania fizycznego u nas na metodzie Linga z nowoczesnymi korektywami (Lindhard, Falk, Björkstén), a pozatem należy tu uwzględnienie gier i sportów według systemu angielskiego z pewnym nawrotem do estetycznych wzorów klasycznych.

Nie możemy jednak w tej ważnej sprawie wyboru najbardziej dla nas odpowiednich metod wypowiedać się w sposób kategoriyczny, — pragniemy jedynie wykazać, że punkt widzenia psychologiczny może się w znacznym stopniu do rozstrzygnięcia tej sprawy przyczynić. Przy rozwiązywaniu różnorodnych zagadnień w zakresie wychowania fizycznego, jak na ściślejsze współdziałanie psychologa-wychowawcy,

lekarza-higienisty i fizjologa-eksperymentatora z wychowawcą fizycznym wydaje się rzeczą konieczną i tylko drogą tej współpracy mogą być osiągnięte należyte wyniki w tej dziedzinie dla dobra jednostki i społeczeństwa.

W N I O S K I :

1. Psychologia ćwiczeń cielesnych powinna stanowić stały przedmiot wykładowy na kursach i studjach dla wychowawców fizycznych.

2. Laboratoria przy instytutach wychowania fizycznego powinny być należycie wyposażone w przyrządy psychologiczne i psychotechniczne.

3. Przy indywidualizacji i selekcji w zakresie wychowania fizycznego powinny być brane pod uwagę właściwości psychiczne kandydatów do ćwiczeń cielesnych.

PIŚMIENNICTWO. E. Piasecki. O wpływie ćwiczeń cielesnych na rozwój psychiczny młodzieży. 1899. St. Ciechanowski. Współczesny zakres i sposoby wychowania fizycznego. 1924. W. Osmólski. Rola sportu w wychowaniu etycznym. 1923. L. Bykowski. Gmina szkolna im. J. Śniadeckiego. 1918. T. Jaroszyński. Z psychologii sportu i ćwiczeń cielesnych 1920, oraz Higjena wychowawcza. 1922. M. Raszke. Psychologiczne podstawy zaprawy sportowej. 1924. — P. Tissié. Education physique et la race. 1919. H. Diffre. Contrôle du sport et de l'éducation physique. 1923. P. Coubertin. Essais de psychologie sportive. 1913. M. Boigey. Manuel scientifique d'éducation physique. 1923. R. Schulte. Leib und Seele im Sport. 1921

Prof. Uniw. E. Piasecki, Poznań.

Wychowanie fizyczne w szkołach akademickich.

Wychowanie fizyczne bywa najniezbędniejsze właśnie dla tych, którzy sobie jego potrzeby nie uświadamiają. Każdy wychowawca fizyczny, każdy lekarz szkolny ma sposobność codzienną nieledwie sprawdzania tej tezy, na owych tysiącach dzieci i młodzieńców (częściej jeszcze dziewcząt), wątłych, niedokrwistych, a zarazem stroniących od powietrza, wody, słońca i ruchu. Dla tych, tak licznych niestety, rzesz, jakimże dobrodziejstwem są obowiązkowe ćwiczenia cielesne,

gdzie one istnieją... Idąc za piękną tradycją naszej Komisji Edukacji Narodowej — pierwszej władzy, od czasów Sparty, która ten obowiązek wprowadziła w szkolnictwie całego Państwa, i Polska wskrzeszona nakłada (często tylko w teorii niestety) ten przymus tak zbawienny na dziatwę i młodzież szkół typu powszechnego i średniego.

Czemuż nim jednak nie objęto uczelni wyższych? Przyszła elita intelektualna narodu, jego mózg — to właśnie w znacznej mierze ci z młodzieży akademickiej, których wiedza tak pociąga, że zbyt łatwo zapominają o swojej higienie osobistej. Ci też wchodzi w życie zawodowe i obywatelskie u nas najczęściej jako młodzi starcy, wyczerpani nerwowcy. Najradykałniejszy środek zaradczy, w postaci obowiązku ćwiczeń ciała w uniwersytetach i kolegjach, zaprowadziła, jak dotąd, tylko Ameryka. Młode uniwersytety tamtejsze skorzystały w tej mierze z braku wiekowej tradycji, tak często krępującej poczynania starych wszechnic europejskich.

Nasze Ministerjum Oświecenia udowodniło, dwoma swemi zarządzeniami świeżej daty, że dąży na serjo do rychłego pójścia w ślady Stanów Zjednoczonych w tym zakresie. Pierwsze z tych zarządzeń — to ustęp przepisów egzaminacyjnych najnowszych, który wymaga od wszystkich bez wyjątku kandydatów na nauczycieli szkół średnich, by wykazali opanowanie przynajmniej jednej z gałęzi sportu wychowawczego. Ścisłe wykonanie tego przepisu równa się zaprowadzeniu obowiązku ćwiczeń cielesnych na Wydziałach filozoficznych naszych wszechnic. Drugi krok Ministerstwa polegał na wezwaniu Senatów Akademickich do podania wniosków (także budżetowych!), zmierzających do udostępnienia ćwiczeń ciała ogółowi młodzieży akademickiej.

Jesteśmy zatem bliscy decydujących kroków ku znacznej poprawie stanu rzeczy. Przykrym dysonansem, niestety, wobec dążeń powyższych, jest projekt Ustawy o wychowaniu fizycznym i przysposobieniu wojskowem, wniesiony już, jak słychać, do Sejmu. Określając szczegółowo obowiązek przysposobienia wojskowego młodzieży akademickiej, projekt ten pomija milczeniem ważniejszy daleko, bo podstawowy, obo-

wiązek wychowania fizycznego. Ufamy, że jest to tylko przecoczenie, które będzie na czas naprawione.

Jakkolwiek bądź, czeka nas jeszcze długa i żmudna droga. Ogół naszych uczelni wyższych ma jeszcze prawie wszystko w tej mierze do zrobienia: brak organizacji, kredytów, instruktorów, urządzeń, brak tradycji i rutyny walczą ze sobą o lepsze w utrudnieniu zadania tak doniosłego. By cel ten pewnie osiągnąć, praktyczniej też będzie podzielić go na etapy. Etap, o którym teraz trzeźwo można mówić w odniesieniu do Szkół akademickich europejskich, jest znacznie skromniej zakrojony, niż ideał urzeczywistniony w Ameryce. Na dziś i na jutro, uczynimy bardzo wiele, organizując racjonalne wychowanie fizyczne akademickie i czyniąc je naprawdę dostępnem dla każdego studenta i studentki. Nie mówiąc o wszechnicach angielskich, których ustrój tak bardzo różni się od naszego, wskażemy na Skandynawję i Niemcy, gdzie ten cel prawie osiągnięto. Mamy zresztą przykład bliższy, bo słowiański: uczelnie wyższe w Pradze czeskiej, jak się zdaje, postawiły rekord kontynentu europejskiego pod względem rozległości i sprężystości odnośnej organizacji, skupiającej 7000 młodzieży płci obojej.

Powiedzieliśmy, że ćwiczenia muszą być naprawdę dostępnymi dla ogółu młodzieży. W tej zasadzie tkwi sedno kwestji. Wychowanie fizyczne nie może być ciężarem, rzeczą niedogodną, dla której student ponosi wiele trudu i trawi sporo czasu, a może nawet zaniedbuje naukę. Tylko pod tym warunkiem obsłuży ono liczne zastępy młodzieży i wytworzy nastrój, pomocny dla późniejszego etapu — ćwiczeń obowiązkowych. Tylko wtedy zdoła też pociągnąć niejednego z kategorii wspomnianej na wstępie — owych, co stronią od zabiegów fizycznych, choć ich właśnie najbardziej potrzebują. Jak tę dostępność mamy rozumieć? Oto każde większe skupienie gmachów uniwersyteckich musi posiadać własne (lub oddane do użytku) sale, boiska, pływalnie etc., położone jak najbliżej, oraz rozłożyć godziny ćwiczeń tak, by student z jak najmniejszą stratą czasu i bez kolizji ze swą pracą naukową mógł z nich korzystać.

Wymiar czasu tygodniowy owych ćwiczeń, przeznaczonych dla wielkich mas studjującej młodzieży, musi być, z natury rzeczy, narazie skromny: nawet uniwersytety amerykańskie nie idą poza dwie godziny tygodniowo, resztę zostawiając inicjatywie samychże studentów. Treść ćwiczeń nie powinna żadną miarą ograniczać się do sportów. Gimnastyka racjonalna, przynajmniej w trymestrach jesiennym i zimowym, winna działać jako podstawa i regulator całości. Obok niej, zasługuje na uwzględnienie najstarszy sport uniwersytecki — szermierka, dla niewiast zaś rytmika, plastyka, tańce narodowe, dla płci obojej sporty zimowe. W cieplejszej porze roku: gry, lekka atletyka, pływanie, wioślarstwo, turystyka, ćwiczenia harcerskie i t. p. Nie wymieniamy tu wszystkich gałęzi, porzeczając na tych, które stosunkowo najłatwiej wprowadzić. Że jazda konna będzie bardzo pożądanym uzupełnieniem, gdzie się ją da zastosować, niema dwóch zdań. Niemniej i najmłodszy ze sportów — lot żaglowy, domaga się swych praw, a choćby w Pradze czeskiej już go studenci uprawiają.

Pod względem organizacji, mamy już instytucję, obejmującą całość młodzieży akademickiej i bardzo w tej mierze zasłużoną. Są to Akademickie Związki Sportowe. Uczyniły one bardzo wiele w kierunku budzenia zamiłowania do sportu wśród rzesz studenckich i będą nadal niezbędnym sojusznikiem akcji, jaką nam trzeba rozwinąć. Nie obejmą jednak całości tej akcji; niepodobna po nich tego oczekiwać. Jako zrzeszenia sportowe, muszą one, z natury rzeczy, dbać przede wszystkim o wyłowienie „talentów sportowych“ pośród młodzieży i o doprowadzenie jak najrychlejsze tych nielicznych jednostek do mistrzostw i rekordów. Co najwyżej, możemy się pokusić o tę reformę w ich działalności, że owo wyławianie talentów uczyni się bardziej systematycznym. Osiągniemy to przez zaprowadzenie zaprawy do odznaki sportowej, na wzór skandynawski, udzielanej, jak wiadomo, za średnią, lecz wszechstronną sprawność fizyczną. Odznaka ta, pociągając znacznie większe ilości młodzieży, dozwoli wśród niej wykryć niejednego jeszcze kandydata na mistrza czy rekordmena. Lecz, co

nierównie ważniejsza, rozszerzy i udoskonali znacznie pracę A. Z. S.ów, w znaczeniu wyższem, wychowawczo-społecznem. Aby zapewnić właściwy stosunek między tą pracą podstawową, a wyłącznemi staraniami o trening „gwiazd sportowych“, wysuwający się dotąd zbytnio na plan pierwszy, władze akademickie winny uczynić zależną wysokość udzielanych Związkom subwencji od ilości odznak sportowych uzyskanych przez członków. Ponieważ prace nad ustaleniem zasad polskiej odznaki sportowej są już w pełnym biegu, można spodziewać się, że ten środek kontroli wyników stanie się rychło dostępny dla naszych uczelni akademickich.

Jest rzeczą jasną, że więcej nie możemy wymagać od tych zrzesseń młodych entuzjastów sportu. Wychowanie fizyczne racjonalne, w uniwersytetach tak samo jak gdzie indziej, winno być oddane w ręce specjalistów. Tak czyni już oddawna Ameryka, gdzie dla tego przedmiotu utworzono pierwsze katedry. Profesor wychowania fizycznego kieruje tam periodycznie powtarzanemi pomiarami i badaniami wszystkich studentów i podziałem, według tych badań, na grupy, odbywające obowiązkowe ćwiczenia pod kierunkiem sztabu instruktorów. Nadto, wyklada on, dla ogółu studentów, zasadnicze pojęcia tego działu wychowania. Wreszcie, w szeregu uniwersytetów, podlega mu też odrębne studjum, kształcące przyszłych wychowawców fizycznych dla szkół średnich.

Z pośród wszechnic polskich, tylko Uniwersytet Poznański posiada katedrę i Studjum wychowania fizycznego, tam tedy są już dane organa fachowe, którym przypada w udziale zadanie tu omawiane. Wypełnienie jego wymaga tylko rozszerzenia urządzeń Studjum (sal, boisk etc.) i zaangażowania większej ilości instruktorów. Inne uczelnie wyższe, dopóki nie posiadają choćby docentur, czy lektoratów wychowania fizycznego, muszą sobie radzić utworzeniem Komisji, którymby Senat akademicki powierzył pieczę nad tą sprawą, starania o odpowiednie urządzenia, o instruktorów, kontakt z A. Z. S. em etc. Przykład Pragi przenawia bardzo za koncentracją takiej akcji w ręku jednego fachowego organizatora w miastach o kilku szkołach akademickich.

Tyle o wszystkich uczeniach wyższych. Gdy jednak przejdziemy do roli uniwersytetów, okazuje się ona znacznie szerszą. Wszechnice kształcą kandydatów na nauczycieli szkół średnich i seminarjów, przez seminarja zaś zyskują wpływ na szkoły powszechne, tak, że w rezultacie decydują, pośrednio i bezpośrednio, o poziomie całego szkolnictwa w Państwie. Uniwersytety też powinny kształcić wychowawców fizycznych, na równi z nauczycielami przedmiotów intelektualnych. Domaga się tego nie tylko konieczność zapewnienia każdemu działowi wychowania równego prestige'u. Wychowanie fizyczne nie jest bynajmniej łatwiejsze od innych działów i nie mniej wymaga dziś przygotowania i gruntownej wiedzy. Wszak wychowawca fizyczny ma dawkować zabiegi swoje stosownie do wieku, płci, stopnia wyćwiczenia itp. wychowanków, by zamiast pożytku nie przyniosły szkody młodocianym organizmom. Nie potrzebuję nad tem bliżej się rozwodzić, zaznaczę tylko fakt pocieszający, że wszystkie kompetentne ciała, tak polskie, jak międzynarodowe, jednogłośnie oświadczają się za tym postulatem. Z najświeższych głosów zbiorowych w tej mierze, przytoczyć wypada opinię Międzynarodowego Pedagogicznego Kongresu Olimpijskiego (Praga, czerwiec b. r.), oraz zupełną jednomyślność całego szeregu referentów, biorących udział w pracach niniejszego Zjazdu.

Niestety, rzeczywistość daleka jest jeszcze od spełnienia tak ogólnie uznanego żądania. Wszędzie działa, jako główna przeszkoda, brak kandydatów na katedry młodego jeszcze i nie popartego tradycją przedmiotu. Trudność to poważna, lecz niewątpliwie da się pokonać stopniowo, przez tworzenie na razie choćby docentur, czy lektoratów. Mamy już pewne zaczątki takiego postawienia sprawy (Studjum pedagogiczne Uniwersytetu Jagiellońskiego, Wydział pedagogiczny Wolnej Wszechnicy w Warszawie): należałoby tylko rozszerzyć ich ilość i zakres działania. Przedewszystkiem są do inicjatywy w tej mierze powołane uniwersytety, posiadające Wydziały lekarskie.

Przystąpienie wszystkich wszechnic naszych do tej akcji jest tem konieczniejsze, że wychowawców fizycznych kwalifi-

kowanych mamy ciągle jeszcze bardzo mało (według niedawnej statystyki urzędowej tylko w 19 % szkół średnich i seminarijów!). Jak w innych dziedzinach nauki zresztą, tak i tu, decentralizacja jest najlepszą rękojmnią postępu. Nie możemy jej uniknąć zwłaszcza w kraju o rozmiarach i ludności naszej ojczyzny. Nie chcę tu powtarzać tak słusznych argumentów, przytoczonych na rzecz tej prawdy przez szanownego prezesa naszego Zjazdu, prof. C i e c h a n o w s k i e g o; zadowolam się powołaniem na jego niezaprzeczoną w tej mierze kompetencję.

Co do przebiegu kształcenia uniwersyteckiego kandydatów na wychowawców fizycznych, najlepsze wzory zagraniczne (zwłaszcza skandynawskie i anglosaskie), oraz własne doświadczenie, pozwoliły Uniwersytetowi Poznańskiemu ustalić dwa jego typy. Pierwszy (studja pełne), wiodący po trzech latach do stopnia magistra wychowania fizycznego (i ewentualnie do dalszej kariery naukowej), oparliśmy, w dwóch pierwszych latach, o istniejące już na Wydziale lekarskim wykłady i ćwiczenia, ustalając tylko pewne odmienne wymagania dla studentów wychowania fizycznego, zato zaś obowiązując ich do uczęszczania na ćwiczenia cielesne. Na tej solidnej podstawie buduje trzeci rok studjów właściwą wiedzę o wychowaniu fizycznym. Ten typ uczyniliśmy też dostępnym dla studentów medycyny, pragnących przygotować się do czynności lekarzy szkolnych, lub sportowych. Ci magistrowie wychowania fizycznego mają być nieliczną, lecz gruntownie znającą swoją specjalność grupą, zdolną do zajęcia stanowisk kierowniczych w danej dziedzinie: wykładających w szkolnictwie wyższem, referentów i wizytatorów-specjalistów w Ministerjach i Kura torjach, etc.

Drugi typ stanowią tak przez nas nazwane studja uproszczone. Mają one za zadanie objąć jak najszerze koła kandydatów na nauczycieli szkół średnich, którzyby pragnęli, prócz jednego z przedmiotów nauczania intelektualnego, zająć się i kierownictwem ćwiczeń ciała w szkole średniej. Studjują oni, na Wydziale filozoficznym, swój przedmiot tam obrany, równocześnie zaś uczęszczają na wykłady i ćwiczenia wychowania fizycznego, mniej pogłębione naukowo, niż w typie poprzed-

nim, lecz równie dobrze przygotowujące do zastosowań praktycznych. Kandydaci tego rodzaju, według dotychczasowych przepisów egzaminacyjnych, zdawali wychowanie fizyczne jako przedmiot dodatkowy. Nowe przepisy, niestety, zrywają zupełnie z kategorią przedmiotów dodatkowych i, co gorsza, dla kwalifikacyj tego zakresu i poziomu przewidują jedynie Państwowe Instytuty wychowania fizycznego, jako zakłady od uniwersytetów odrębne. Ale i z tej sytuacji można znaleźć wyjście, nawet bez zmiany odnośnych rozporządzeń. Uniwersytety posiadające Studja wychowania fizycznego (więc narażenie Uniwersytet Poznański), uzyskają dla nich niewątpliwie uprawnienia, przysługujące owym Instytutom w. f. Tam, gdzie Studium wychowania fizycznego nie ma, może jednak Uniwersytet, siłą swej powagi naukowej, zainteresowania daną sprawą i inicjatywy, zyskać decydującą pozycję w Instytucie. W ten sposób Instytuty, zamiast gromadzić przeważnie młodzież o seminaryjnym tylko wykształceniu (co im dziś zagraża), staną się de facto aneksami uniwersytetów i dadzą szkołom średnim akademicko wykształconych wychowawców fizycznych, na których ich koledzy w gronie nauczycielskiem nie będą patrzeć przez ramię i, co gorsza, lekceważyć ich kwalifikacje i pracę, oraz odrzucać ich propozycje.

WNIOSKI. 1. Przedłożony Sejmowi projekt „Ustawy o powszechnym obowiązku wychowania fizycznego etc.”, należy uzupełnić nałożeniem na wszystkie Szkoły akademickie obowiązku udostępnienia ćwiczeń cielesnych ogółowi studentów.

2. Uniwersytety, nadto, winny stać się jak najrychlej ośrodkami kształcenia wychowawców fizycznych dla szkół wyższych, średnich i zawodowych.

3. Katedry (na razie przynajmniej docentury, czy lektory) teorii wychowania fizycznego, przy pomocy nauczycieli odnośnych ćwiczeń praktycznych, odpowiedzą najlepiej temu zadaniu, czuwając zarazem nad kształceniem cielesnem ogółu młodzieży akademickiej.

4. W kraju tak rozległym i ludnym, jak Polska, konieczną jest decentralizacja kształcenia wychowawców fizycznych. Każdy uniwersytet z Wydziałem lekarskim winienby to zadanie podjąć.

5. Powyższe postulaty dadzą się spełnić w ramach istniejących przepisów. Uniwersytety nie posiadające katedry tego przedmiotu i połączonego z nią Studium, mogą przynajmniej uzyskać wpływ decydujący na poziom pracy w Państwowych Instytutach wychowania fizycznego, oraz na to, by z nich korzystali przede wszystkim studenci.

Literatura.

A. Collan. Kroppskultur i Amerika. Helsingfors (Holger Schildt). 1920.

R. Tait McKenzie. Exercise in education and medicine. Philadelphia and London (Saunders), 3 ed., 1923.

E. Piasecki. Wychowanie fizyczne w Uniwersytecie kopenhaskim. „Wych. Fiz.”, 1923, nr. 9—12.

Idem. Dzieje wychowania fizycznego. Lwów (Ossolineum) 1925.

Rozporządzenia Ministerstwa W. R. i O. P. w sprawie studjów i egzaminów wychowania fizycznego, egzaminów nauczycielskich dla szkół średnich etc. „Dziennik Urzędowy Min. W. R. i O. P.”, 15 listop. 1924.

Fr. Smotłacha. Sport akademicki w Pradze. „Wych. Fiz.”, 1925, nr. 2.

Studjum wychowania fizycznego w Uniwersytecie Poznańskim. „Wych. Fiz.”, 1925, nr. 2.

Pplk. Dr. med. Wł. Osmolski, Warszawa.

Poradnie sportowe.

Patrzymy na imponujący rozwój życia sportowego i na bardzo szeroko zakreślony program ćwiczeń ruchowych w szkole. Młodzież pociągnięta przez przykład zagranicy i ulegając naturalnemu popędowi swego wieku, rzuciła się do ćwiczeń fizycznych, gier sportowych i wycieczek. Ale rzuciła się nie w karnych szeregach, sprawianych wskazaniem celów i środków wychowawczych, lecz, że się tak wyrazimy, dość beładnie, nazbyt często omamiona hasłem „sport dla sportu”.

Skutki tego, łatwe do przewidzenia, nie kazały zbyt długo na się czekać. Jeden za drugim zaczęły się odzywać alarmy: ćwiczenia źle prowadzone wywołują niepożądane zmiany w budowie ciała; sport niszczy serca! i t. p.

Alarmy te pochodzą z gabinetów lekarzy praktykujących, do których zwracają się ofiary własnej nieświadomości w zakresie granic wysiłku, do którego wolno im się posunąć bez trwałej szkody dla zdrowia. Jesteśmy w obliczu faktu, że ćwiczenia, a już specjalnie wszelkie konkursy i zawody sportowe, dające niewątpliwie wiele korzyści dla ciała i ducha, mogą też powodować i nieraz powodują bardzo poważne szkody dla zdrowia, przedewszystkiem nadwyrężając serce. Tym szkodom jedynie lekarz zapobiec może, jeżeli ma możliwość wpływania na wybór ćwiczeń, na sposób uprawiania ćwiczeń wybranych. Jednym słowem, trzeba dobierać ćwiczenia dla ludzi i ludzi do ćwiczeń. Zadania tego nie może w całości wykonać kierownik wychowania fizycznego ani trener sportowy. Obok tych dwóch — tak cennych pracowników, a tem cenniejszych, im więcej są wykształceni pod względem przyrodniczym — koniecznym jest znawca fizjologii-lekarz.

Pozostawmy na boku zagadnienie, dlaczego świat lekarski długi dość czas pozostał obojętnym na to, co się dzieje na boiskach sportowych, na salach i terenach ćwiczebnych. Zapewne odegrały tu rolę wspaniałe zaiste postępy lecznictwa, które olśniły oczy adeptów medycyny i odwróciły ich uwagę od młodzieży zdrowej, która w ćwiczeniach fizycznych naraża się na wady i cierpienia nazbyt często, czyniąc szcerbę w tym skarbie narodowym, jaki przedstawia energja ludności. Faktem jest, że większość lekarzy ograniczała się do obserwowania tych sportowców, którzy zapadli na zdrowiu, a tak zwani lekarze sportowi zazwyczaj powoływani byli tylko w celu dokonania pobieżnego przeglądu kandydatów do wzięcia udziału w zawodach dla usunięcia tych, których stan zdrowia nakazywał ostrożność ze strony organizatorów.

W ostatnich czasach w stosunkach tych odbywa się szybka zmiana. Już są lekarze, którzy sami zakosztowali życia sportowego i jego rozkoszy, a więc zdają sobie sprawę z tego,

jaką winna być rola lekarza na boisku sportowem. Już są kluby i dyrektorzy szkół, życzący sobie rozciągnięcia opieki nad ich młodzieżą przez fizjologa. Już są sportowcy, którzy rozumieją, że przygotowanie do zawodów musi być oparte na wskazówkach lekarskich. Wielu z nich poszukuje lekarza, co „zna się na sporcie”.

Co to znaczy: lekarz znający się na sporcie? Każdy praktyk potrafi określić stan serca i jego zdolność funkcjonalną. Każdy łatwo może zalecić wstrzymanie się od ćwiczeń i wyników. Ale nie o takich lekarzy chodzi. Potrzebni są fizjologowie, którzy znają działanie różnych form wysiłku na organizm ludzki, którzy potrafią doradzić, jakie ćwiczenia, jaki sport dla danego osobnika będzie odpowiedni; którzy wiedzą, zapomocą jakich środków ruchowych można ustrój wątły wzmocnić, prężność i pojemność klatki piersiowej podnieść, jaką rolę gra psychika w uprawianiu sportu, jakie normy odpoczynku neutralizują wpływ zmęczenia i znużenia, jak przygotować się do treningu, a potem jak zaprawę sportową prowadzić, aby w najkrótszym czasie, bez szkody dla zdrowia i zdolności do pracy zawodowej — osiągnąć maksymalną wydolność sportową.

Zaufania młodzieży nie uzyska, ani autorytetu nie zachowa taki lekarz, który zamierza zakazywać...

Sportowcy muszą wiedzieć, że lekarz z nimi współpracuje, że im dopomaga w wydobywaniu z siebie najwyższego wyniku — bez krzywdy dla zdrowia.

Jakże piękne to zadanie pod względem zarówno wychowawczym jak i społecznym! Wydaje się ono trudnem. Pokolenie usportowione jeszcze nie weszło na arenę zawodową. Niewielu z dzisiejszych lekarzy, nawet młodych, posiada przeszłość praktycznie-sportową. Studja uniwersyteckie przygotowania do tej roli nie uwzględniały. Są to niewątpliwie przeszkody, lecz nie takie, których dobra wola nie byłaby w stanie przewyciężyć. Znajomość procesów życiowych, zachodzących w ustroju, pozwala lekarzowi przygotować się do roli swej na boisku sportowem kosztem niewielkiego stosunkowo nakładu pracy. Pewne dodatkowe studja w zakresie

wpływu wysiłków fizycznych na organizm, własności różnych form ćwiczeń ruchowych pod względem psychologicznym, metod badań, otwiera drogę do sztuki najważniejszej — sztuki dozowania ćwiczeń fizycznych.

Stwierdzić trzeba, że piśmiennictwo nasze daje w tym zakresie mało. Pierwszy bodaj z prasy lekarskiej polskiej zaczął miesięcznik „Lekarz Wojskowy” podawać prace, omawiające zagadnienia wychowania fizycznego ze stanowiska fizjologicznego. W ostatnich czasach prace takie zaczęły pojawiać się i w innych czasopismach lekarskich.

Przed piśmiennictwem leży zadanie nie mniej ważne niż przed praktykami.

Zestawienie danych, zapisywanych na kartach zdrowia i sprawności, obserwacje wpływów i skutków ćwiczeń, wreszcie doświadczenia laboratoryjne nad ludźmi uprawiającymi różne ćwiczenia, przyczyniają się do oparcia wiedzy wychowania fizycznego na fundamencie naukowym. Wiele jest jeszcze w tej dziedzinie niejasności, wiele błędzenia omackiem. Poszukiwania kryterjów dla rozwoju fizycznego i dla wyćwiczenia sprawności w najlepsze dopiero trwają. Ale pewne zasady wychowawcze już się wyraźniej zarysowały, pewne prawdy biologiczne zostały ustalone. Na miejsce zasad wyrozumowanych, do których skłonne są przywiązywać się na ślepo umysły niezdiscyplinowane, dając obraz „fanatyków systemów” — wchodzi krytyczny pogląd, oparty na doświadczeniu i porównywaniu.

Zadanie lekarza w szkole w stosunku do ćwiczeń cielesnych, ani lekarza klubowego w stosunku do treningu i zawodów, nie jest zbyt trudne ani skomplikowane. Nawet wobec rozrostu życia sportowego i wprowadzenia ćwiczeń fizycznych do wszelkich szkół, nie możemy spodziewać się, że wszyscy czynni tam lekarze będą specjalistami fizjologii ćwiczeń i sportu. A jednak tacy specjaliści będą potrzebni dla całości życia sportowego. Przeciętny lekarz szkolny lub klubowy nieraz odczuje potrzebę zasiągnięcia decyzji kolegi bardziej wyspecjalizowanego. Jeśli, a raczej wtedy, gdy oficjalnie po-

wstanie taka specjalność lekarska, nie zabraknie osób, które wprost zwracać się będą o rady i wskazówki do specjalisty.

Mimo, że obecnie nie jestem lekarzem praktykującym, — zwracają się do mnie różne osoby z zapytaniami dotyczącymi wyboru sportów i t. p. Często jestem zapytywany przez osoby w pewnym już wieku będące, czy sport, do którego zamierzają się zabrać, jest dla nich odpowiedni. Rodzice interesują się tem, czy chłopiec nie został przetrenowany w klubie, albo czy dla dziewczynki to lub owo ćwiczenie nie jest szkodliwe.

Rzeczywiście, wyszliśmy już z okresu, kiedy zdawało się, że ćwiczenia mogą uprawiać tylko młodzi i zdrowi bez żadnego zarzutu. Dzisiaj wiemy, że nawet osobom obciążonym pewnymi cierpieniami, mogą ćwiczenia odpowiednio dobrane i należycie dozowane, przynieść korzyść. Są anemiczni, którym potrzeba słońca, powietrza i ruchu w miarę. Miażdżycza tętnic nie wymaga wcale abstynencji od ruchu. Dobroczynny bywa skutek w stanach artrytycznych. Serce słabe można wzmocnić, stopniując jego wysiłki umiejętnie. Specjalnych ostrożności wymagają cierpienia płucne, ale i one, tak jak wiele innych, nie oznaczają skazania na bezruch. Wiemy zresztą, co znaczy w walce z gruźlicą dobrze rozwinięta czynność oddechowa. Z wielu stron już podniesiono niewłaściwość zwalniania od gimnastyki w szkołach tych dzieci, u których wykrywa się organiczną, bądź czynnościową wadę serca. Pomijając częstość omyłek diagnostycznych, należy stwierdzić, że dobrze wyrównane wady zastawkowe nie stanowią bezwzględniego przeciwwskazania do ćwiczeń, prowadzonych pod nadzorem — a zaburzenia funkcjonalne dają się leczyć ćwiczeniami. Bardzo odpowiedzialną jest rola lekarza, do którego zwraca się inteligent znudzony pracą zawodową lub neurastenik i stawia zapytanie, jak ma spędzić wakacje, czy wolno mu chodzić po górach, wiosłować, polować i t. d. Tu bowiem, prócz danych konstytucjonalnych — trzeba uwzględnić wpływ psychiczny obcowania z naturą, wpływ, który często jest niesłychanie dobroczynny. Nietrudno zgadnąć, że odpowiedź na pytania, przytoczone wyżej, dla przykładu — można dać na

podstawie: dokładnego zbadania ustroju według sposobów klinicznych; określenia choćby w przybliżeniu wydolności czynnościowej serca i układu nerwowego; orjentowania się w typowym działaniu na organizmy różnych form ćwiczeń i wysiłków fizycznych. W większości przypadków wypadnie się liczyć nie tylko ze stroną jakościową ruchu, ale i z jego działaniem ilościowym. Niedarmo przecież nazwano tę czynność dozowaniem ćwiczeń.

Rozwój życia sportowego wysuwa potrzebę konsultacji, dawanej przez specjalistę-lekarsza sportowego. Nie myślę w tej chwili o pracy naukowej, co już nieraz podnoszono, ale o zupełnie praktycznych radach lekarza, dobrego internisty (który musi być też nieco ortopedystą) — i jednocześnie znawcy sportu.

Nie wiem, czy — za przykładem zagranicy — powstanie rychło i u nas typ specjalisty tego rodzaju. Myślę atoli, że czekać na to nie trzeba i należałoby propagować myśl zakładania przez stowarzyszenia i gminy poradni sportowych, analogicznych do poradni mających na widoku gruźlicę lub wenerję.

Zgłaszający się do poradni winien być zbadany dokładnie pod względem klinicznym, specjalnie co do czynności serca, płuc i nerek. Badanie ciśnienia krwi i ortodjaskopja stanowią niezbędne punkty badania. Wypytany o tryb życia i o chęci w kierunku ćwiczeń fizycznych — otrzymuje zalecenia, opinie i t. d. Oczywiście pożądanę jest, aby klient zgłaszał się regularnie co pewien czas do badań kontrolnych.

Zdaje mi się, że stworzenie sieci takich poradni sportowych dałoby wielkie korzyści pod względem higieny społecznej i eugeniki.

Wizyt. Z. Wyrobek, Kraków.

Organizacja gier ruchowych w Rzpltej.

Zbyteczna to rzecz, w gronie znawców podkreślać potrzebę równoważności w wychowaniu, a więc i równomierności w traktowaniu kształcenia intelektu i edukacji fizycznej.

Również zbyt często rozwodzić się szarzej nad korzyściami, jakie ustrój odnosi wogóle z uprawiania ćwiczeń cielesnych, że w edukacji fizycznej jedną z najprzyjemniejszych jej form a najodpowiedniejszą dla młodzieży jest swobodny ruch na wolnym powietrzu i że bezwarunkowo nie można się ograniczać do lekcyj ćwiczeń systematycznych, nie dając tej formie ćwiczeń co najmniej równorzędnego miejsca w planach nauczania. Lecz choć to rzeczy znane, znane są tylko garstce ludzi. Ogół nie zdaje sobie dotąd jasno sprawy z ważności tej dziedziny wychowania, ze społecznego jej znaczenia. Nawet te sfery, które przedewszystkiem powinny rozumieć jej wartość, t. j. sfery pedagogiczne, dotąd niestety niejednokrotnie albo obojętnie albo nawet nieprzychylnie się do niej odnoszą, uważając ją tylko za godziwą rozrywkę albo nawet za rzecz niepotrzebną, utrudniającą naukę szkolną. Przykładów można dużo zebrać, niech nim będzie choćby artykuł, który przed kilku dniami pojawił się w poważnym czasopiśmie, gdzie autor-pedagog, występujący przeciw opinii, jakoby istniało w szkole przeciążenie nauką, dodaje ironicznie „chyba raczej zabawami, kinem i sportem”.

Z drugiej strony trzeba zaznaczyć, że czynniki miarodajne, które ten dział edukacji otoczyły opieką, wydały szereg zarządzeń dobrych i ruszyły rzecz z martwego punktu, nie ujęły sprawy zasadniczo i nie poczyniły starań, ażeby ją należycie zorganizować, obejmując szerokim rzutem wszystką młodzież i szkolną i nieszkolną, młodzież uniwersytecką, wreszcie dorosłych. W jednym dziale zrobiono dużo, w innym robi się krok naprzód a drugi wtył, jak np. w ważnej sprawie kursów wychowania fizycznego.

Nie wchodząc w inne działy edukacji fizycznej, jakie reformy ew. jakie zmiany w dotychczasowych planach wprowadzić należy — ujmijmy tylko to, co zrobiono w dziale gier ruchowych i innych ćwiczeń swobodnych, a co jeszcze należy zrobić.

W ćwiczeniach cielesnych mamy środek, który organizm utrzymuje w zdrowiu i jego zdrowie niejako pomnaża, czyni go zdolnym do większych wysiłków i poniekąd wyrównywa te

ujemne wpływy i szkody, jakie za sobą pociąga jednostronna praca, jakiegokolwiek ona jest natury. Dzieje się to pod warunkiem, że ćwiczenia stosuje się w odpowiedniej formie i w odpowiednim nasileniu. tj. przy uwzględnieniu wieku, sprawności ćwiczącego i płci. Lecz ta odpowiednia miara, jeżeli chodzi o skuteczność, powinna być często stosowana, powtórnie nie powinna się ograniczać do jednej formy ćwiczeń, a po trzecie powinny być masy nią objęte, bo nie chodzi tu o wyczyny czy rekordy jednostek (co należy zostawić dla specjalnie w danym kierunku uzdolnionych), tylko o doprowadzenie do pełni rozwoju jak najszerszych rzesz, tj. postawienie każdej jednostki na tym szczeblu, na jakim ona z natury swej przy stosowaniu ćwiczeń może stanąć.

Żywy i swobodny ruch na świeżem powietrzu, naturalne ćwiczenie oddechowe — jest kapitałem zdrowia. Czy on jest w formie pływania, ślizgania się, wiosłowania, wycieczek turystycznych, lekkiej atletyki czy gry, wszędzie i zawsze wyprowadza nas poza zepsute miejskie powietrze, wszędzie daje dużą dawkę pracy mięśniowej, pozwalającą się dostosować do zdolności danego osobnika. Każda z tych form, o ile stosowana z podanemi wyżej zastrzeżeniami, jest korzystna dla zdrowia, lecz jeżeli chodzi o młodzież, na czele postawić musimy gry ruchowe. Dlaczego? Naprzód jest to forma ćwiczeń najłatwiejsza do wprowadzenia w szerokie masy i najmniej stosunkowo kosztowna, powtórnie potrafi skupić nie jednostki, lecz całą rzeszę, — daje pole pracy i dla więcej i dla mniej uzdolnionego, pole, gdzie i słabszy potrafi coś zdziałać, gdzie więc niema obawy o zrażenie kogoś przez beznadziejność wysiłku, — dalej to forma, która najłatwiej potrafi wzbudzić zamiłowanie do ruchu, bo odpowiada temperamentowi młodego i jego instynktowej potrzebie zabawy. Tą naturalną drogą rozbudzony popęd do ruchu wogóle, zostaje własnością jednostki, z wiekiem będzie się zmieniała jego forma, ale ruch pozostanie potrzebą życiową. Wszak przepisy i nakazy nie wiele zdziałają, gdy nie będzie zamiłowania do ruchu. A wzbudzenie tego zamiłowania, to najlepsza propaganda. Rozmiłowana w grze młodzież stanie się propagatorem ruchu, gra pójdzie daleko

i szeroko, przez wszystkie warstwy społeczne — bo szukanie sposobności do zrealizowania odczuwanej potrzeby ruchu i przykład działają więcej, niż pięknie opracowane zalecenia.

Niechby już pominać znaczenie zdrowotne gier, gdzie na pierwszy plan wybija się bieg, jego wpływ na narząd krążenia i oddechania itp., cały szereg wpływów podnoszących sprawność organów, co przecież stanowi zdrowie, — niechby pominać wybitne działanie na zmysły, w pierwszym rzędzie na wzrok, walory etyczno-wychowawcze gier ruchowych, — wszystko rzeczy znane, — działanie na ludzką psychę i ten tak ważny moment wesołości, nieodłączny od gry a mający pierwszorzędne znaczenie higjeniczne, — niechby pominać wreszcie to, że to środek odciągający młodzież w krytycznym wieku od innych źródeł mniej godziwej zabawy, — to już same wyżej podane zalety wystarczają, ażeby ten dział ćwiczeń, dla każdego wieku odpowiedni, przedewszystkiem otoczyć wydatną opieką.

Dla młodzieży szkół średnich wydało Ministerstwo W. R. i O. P. w tym kierunku kilka rozporządzeń, z których najważniejsze to, że poza obowiązkowemi, systematycznemi ćwiczeniami, wprowadzono obowiązkowe gry ruchowe, przeznaczając na nie godziny popołudniowe, tak, ażeby każdy uczeń przynajmniej raz w tygodniu spędził godzinę czy dwie na swobodnej zabawie w terenie, — dalej, że w szkole średniej stworzono fundusz gier ruchowych z dwuzłotowych opłat za każde półroczcie, — że zalecono uprawianie odpowiednich dla młodzieży sportów przez tworzenie specjalnych kół sportowych i że polecono z końcem roku szkolnego urządzać śladem okręgu szkolnego krakowskiego t. zw. „święta sportowe“, na których program mają się złożyć różne formy ćwiczeń cielesnych.

Z tych rozporządzeń widać tendencję do rozszerzania tej sprawy, lecz dowolność w stosowaniu poleceń, przybierająca tu i owdzie nieraz formy dla młodzieży nieodpowiednie, wskazuje, że poza rozporządzeniami ogólnemi należy jeszcze rzecz silniej ująć, stworzyć ramy organizacyjne, wydać szereg przepisów, dokładnie określających, co i jak należy robić, a nadto stworzyć organ zwierzchniczy, kontrolny, któryby nie dopusz-

czał do wyłamywania się z pod przepisów i rzecz na całym obszarze Rzeczypospolitej planowo przeprowadził. Są u nas jednostki, które same rzecz dobrze ująć potrafią, lecz są i takie — a tych więcej — które potrzebują wskazań i wytycznej linii.

Pozatem, rozporządzenia mówią o młodzieży szkół średnich, lecz milczą o szkole powszechnej i o młodzieży uniwersyteckiej. A pozostają jeszcze olbrzymie rzesze młodzieży fabrycznej i rękodzielniczej, o których nikt nie pamięta, a są i masy ludzi dorosłych.

Ta rzecz głębiej i szerzej powinna być ujęta — w ruch swobodny na wolnem powietrzu powinny być wciągnięte szerokie masy wszelakiej młodzieży i dorosłych ludzi.

Któż to ma zrobić i w jaki sposób? Ministerstwo W. R. i O. P. przewidziało stworzenie Naczelnej Rady wychowania fizycznego z podwładnemi Radami okręgowemi i powiatowemi. Rada naczelna powinna, podobnie jak to jest w belgijskiej ustawie o wychowaniu fizycznym z roku 1921, wydawać opinie czy to na wniosek Ministerstwa, czy z własnej inicjatywy, we wszystkich sprawach mających związek z wychowaniem fizycznym.

Otóż w łonie tej Rady powinna być utworzona odrębna, o pewnych prawach Sekcja gier ruchowych. Jej zadaniem byłoby organizowanie rzeczy w jak najszerszym zakresie — o czem poniżej. I tu wyłania się najważniejsza, piekająca a pierwszorzędna sprawa odpowiednich boisk zabawowych i sportowych. Bez rozwiązania tej zasadniczej kwestji niema mowy o racjonalnej i efektywnej pracy. Tak jak nie można sobie wyobrazić nauki szkolnej bez budynku, nauczyciela i środków naukowych, tak i należytego pielęgnowania gier ruchowych bez odpowiedniego boiska i przyborów. Budowano szkoły, nie myśląc o równie jak sam gmach potrzebnem boisku szkolnem, cały szereg szkół mieści się w ulicach miejskich, mając tylko mały, brukowany, nie do użytku dziedziniec. Lecz gdyby nawet przy każdej szkole było boisko szkolne, to i tak byłyby potrzebne obszerniejsze place, szczególnie dla starszej młodzieży, bo co innego lekcja na podwó-

rzu, a co innego swobodny ruch poza miastem, wymagający i przestrzeni i odpowiednich urządzeń.

Ministerstwo Spraw Wojskowych podobno opracowało projekt ustawy o powszechnem obowiązkowem wychowaniu fizycznym i przysposobieniu wojskowem przy uzgodnieniu zaopatrywań innych Ministerstw. Tak przynajmniej donoszą pisma; Rada Naczelna wychowania fizycznego wszakże nie została powołana do wydania swej opinji w tej pierwszorzędnej sprawie, a chyba w tej materji przedewszystkiem ona powinna była się wypowiedzieć. Pomijając nie dla wszystkich zrozumiałe *iunctim* między powszechnem wychowaniem fizycznym a przysposobieniem wojskowem i obawę, czy to pierwsze nie będzie ujęte w szerszym zakresie i to tylko pod kątem widzenia korzyści dla przysposobienia wojskowego — sprawy samej w sobie, przyznaję, także ważnej — podnoszę tylko, że właśnie sprawa boiska ma być w tym projekcie pomyślnie załatwiona przez zobowiązanie gmin do wyznaczenia terenów na boiska. Kto wie, jaka to była bolączka wszystkich szkół miejskich, szukających doraźnej gościny u klubów sportowych lub towarzystw gimnastycznych, zebrzących u gmin o kawałek pastwiska, szukających dzierżawy choćby małego obszaru, na którym i tak nie można było zrobić potrzebnych urządzeń, ten taką wiadomość musi przyjąć z prawdziwą radością.

W ten sposób zasadnicza kwestja byłaby rozwiązana. Dodajmy tylko jeszcze, że tworzenie pływalni, gdzie tylko warunki są po temu, należy uważać za sprawę niemniej ważną i że ona z tworzeniem boisk powinna iść równolegle, a nie wiem, czy to jest w owym projekcie przewidziane.

Owe boiska powinny być przeznaczone dla młodzieży i dla dorosłych. Działwa szkół powszechnych powinna mieć boiska jak najbliżej miasta, tuż na jego krańcach. Raczej boisk więcej a mniejszych, niż jedno lub dwa duże boiska. Szkoły średnie wymagają odrębnych większych boisk wraz z urządzeniami do biegu, skoku i rzutu. Ilość ich zależna będzie oczywiście od wielkości miasta i liczby szkół. Te boiska w niedziele i święta oddane byłyby do użytku młodzieży robotni-

czej, po za ew. dodatkowemi godzinami wieczornemi w dni powszednie. Boiska młodzieży szkół wyższych mogłyby być skumulowane z boiskami szkół średnich, o ile nie byłoby możliwe utworzenie boisk oddzielnych.

Lecz wracam do owej Sekcji gier ruchowych Naczelnej Rady wych. fiz., której stworzenie uważam za nieodzowne! Zakres jej kompetencji i działania byłby ściśle określony. Niech mi wolno będzie podać to tutaj w ogólnych zarysach, a ze szkicu tego wyłoni się ważność stworzenia takiej placówki.

1. Zawiazywanie Towarzystw miłośników zabaw ruchowych i Uniwersyteckich Komisji Wychowania Fizycznego.

Młodzieżą szkolną zaopiekują się władze szkolne. Lecz pozostaje masa młodzieży robotniczej z fabryk i warsztatów, która nie mniejszej a może i większej potrzebuje opieki; wszak dzisiaj idzie luzem a zdrowy ruch na świeżem powietrzu niejednokrotnie może być jej ratunkiem przed ostatecznem schorzeniem. Czyż ona ma lepsze klatki piersiowe od młodzieży szkolnej i czy jest odporniejsza przeciw infekcji? Drobną część tej młodzieży ujęta jest w związki, kierowane przez ludzi dobrej woli i tam ma zorganizowane gry i sporty. Lecz są jeszcze tysiące, które ująć należy. Że pęd w tym kierunku wśród tej warstwy istnieje, dowodem choćby samorzutne tworzenie klubów sportowych, błakających się często samopas i szukających gościny na cudzych pastwiskach, albo te tłumy młodzieży rzemieślniczej, oklaskującej zawody niedzielne klubów sportowych.

Inicjatywa Sekcji do zawiązywania opiekuńczych Towarzystw z członków cechów rękodzielniczych i innych ludzi chętnych, podanie przez to pomocnej ręki tym pokrzywdzonym, może bardzo dużo zdziałać. Wzorować się można na działalności takich opiekuńczych ciał w Wielko- i Małopolsce, które tyle dobrego w tym kierunku zdziałały.

Towarzystwa takie mogą znacznie swą działalność rozszerzyć, wciągając w zakres swej pracy i dorosłych. Czyż trzeba motywować, że ruch i wtedy, kiedy człowiek doszedł do pełni swego fizycznego rozwoju, jest dla podtrzymania zdro-

wia wprost konieczny, że cały szereg przypadłości dojrzałego wieku ma właśnie źródło w bezruchu i braku świeżego powietrza i że ci, którzy pędzą życie w skulonej postawie przy biurku czy innym warsztacie pracy tylko przez ruch mogą nabyć świeżych sił do codziennej pracy i zdobyć tę odporność i to zadowolenie życiowe, które nazywamy równowagą duchową. Niech Towarzystwo da impuls do zawiązywania kół czy klubów sportowych, niech im ułatwi pracę, niech odciągnie od knajpy i wyprowadzi na słońce — a spełni swe zadanie. Towarzystwo takie zaopiekuje się i najmłodszą dziatwą szkolną i przedszkolną, tak jak się nią zaopiekował Jordan, niech pociągnie ku sobie młodzież żeńską (zwłaszcza nie-szczęsne pracownice igły) — toć przecie tak ważne, choćby ze względu na higienę rasy — dużo da się zrobić, tylko trzeba inicjatywy i ufając w skutek rzecz rozpocząć!

Nad młodzieżą akademicką rozciągną opiekę odrębne Komisje wych. fiz., mające kontakt z Sekcją Naczel. Rady. Komisja taka składałaby się z profesorów szkół akademickich, obok niej byłaby czynna komisja z reprezentantów młodzieży, która życzenia, projekty itp. przedkładałaby komisji profesorskiej, poczem na ew. wspólnem posiedzeniu rzeczyby definitywnie ustalano. Akcję możnaby oprzeć na istniejących Akademickich Związkach Sportowych, które jak dotąd niestety zbyt szczupłą garść młodzieży akademickiej w łonie swem gromadzą, może z powodu, że środki finansowe większości nie pozwalają opłacać zbyt dla niej wysokich opłat. A w akcję tę powinna być wciągnięta cała młodzież akademicka.

Jeżeli w projekcie ustawy brak tego obowiązku odnośnie do młodzieży akademickiej, uważam to za błąd zasadniczy. Trudno tę rzecz w krótkim referacie szerzej motywować. Wiemy, że studja uniwersyteckie to czas intensywnej pracy umysłowej i że tu nauka jest właściwym celem, lecz wiemy też, że nie można lekceważyć i strony fizycznej i zaniedbywać środków, które prowadzą do podtrzymania zdrowia i wykształcenia odpornego i przez to więcej zdolnego do wysiłków umysłowych organizmu. Jeżeli większość swego czasu spędza młodzież uniwersytecka nad książką, to tem ważniejszą jest

rzeczą, jak spędza małą resztę wolnego czasu i, czy go spędza tak, ażeby przynajmniej częściowa odzyskać równowagę fizjologiczną, nadwyrężoną pracą.

Tu nam nie chodzi o kultywowanie rekordów akademickich; niech o nie zabiega odpowiednio uzdolniony i należyte przygotowany. Nam chodzi o masy, chodzi o zyskanie dla zdrowego ruchu wszystkim młodzieży akademickiej płci obojej. Jeżeli na uniwersyteckim Studium pedagogicznym wprowadzono obowiązkowe wykłady teorii wychowania fizycznego, ażeby każdy przyszły nauczyciel zdał sobie jasno sprawę z ważności edukacji fizycznej i stał się w szkole jej propagatorem, to w konsekwencji tego zarządzenia powinny być wprowadzone obowiązkowe ćwiczenia cielesne. Jeżeli tego nie ma w projekcie ustawy, to winien on być w tym kierunku uzupełniony, bo byłaby sprzeczność między dwoma zarządzeniami.

2. Dalszym obowiązkiem Sekcji byłoby wydanie szeregu przepisów, dotyczących urządzania boisk zabawowych i sportowych zależnie od przestrzeni, warunków miejscowych itp. Uniknęłoby się wydatkowania nieraz wielkich sum na źle wyzyskane przestrzenie, wydając szereg wzorów, jak boiska urządzać należy.

3. Ustalenie prawideł dla gier ruchowych, podobnie jak są ustalone przepisy dla ćwiczeń lekkoatletycznych, jest rzeczą niewymownie ważną. W dzisiejszej dobie panuje w tej dziedzinie chaos. Każda dzielnica tę samą grę uprawia według innych prawideł, co bardzo utrudnia możliwość współpracy i wzajemnych spotkań. Urzędowe wydawnictwa ostatecznie rzeczby ustaliły. Sekcja gier ruchowych podjęłaby też myśl, rzuconą przez prof. Piaseckiego, ażeby rodzimym grom przywrócić należną powagę, ażeby polskim grom nie dać zaginać, przywrócić im dawną formę, ulepszyć ją i postawić na czoło gier ruchowych. To jest naszym obowiązkiem narodowym. Zarzut, że to gry nudne, nie wytrzymuje krytyki. Niech jako dowód służy fakty, że tam, gdzie młodzież je dobrze poznała i opanowała, tam potworzyły się koła, które tylko jedną z tych gier uprawiają, zapomniawszy o innych.

4. Z końcem roku szkolnego ma młodzież urządzić zawody szkolne. Rzecz napozór drobna a ogromnie ważna. Boć chodzi o ich formę nie tylko organizacyjną ale i niejako wewnętrzną, t. j. o ustalenie, co i dla jakiego wieku jest wskazane a co nieodpowiednie a nawet szkodliwe. Zawody powinny być nie popisem, wymagającym długich przygotowań, wytrącających z normalnej kolei pracy codziennej, ale obrazem dorobku całorocznego. Młodzież powinna pokazać, jak pracowała i jakie są tej pracy wyniki. Pokazy — szczególnie młodych, są dopuszczalne, — ale nie popisy dla chwilowego efektu. Tymczasem gdzie indziej idzie rzecz w fałszywym kierunku. Gorzej, że trafia się i to, iż popełnia się zasadnicze błędy w kierunku zdrowotnym: do zawodów lekkoatletycznych staje nieraz młodzież nie zbadana poprzednio przez lekarza, wysiłki nie są stosowne do wieku, z młodzieży wydobywa się nieraz maximum, do czego ona zdolna, a co nie zawsze i nie u wszystkich jest wskazane.

Nie tu miejsce określać, jaką formę zawody przyjąć powinny (w osobnym artykule dokładnie to określiłem), będzie zadaniem Sekcji Rady Naczelnej ująć tę rzecz w jasne przepisy, normujące co wolno a czego nie wolno i podające sposoby tak zaprawy jak i przeprowadzenia zawodów. Takie ścisłe, regulaminem ujęte przepisy, skierują sprawę z manowców na tory normalne.

5. Kwestja lepszego przygotowania nauczycieli ćwiczeń cielesnych do kierowania grami i zawodami, jest również sprawą ważną, gdyż mało jest takich, którzyby samodzielnie a wzorowo potrafili przeprowadzić każdą większą grę lub objąć nad nią lub nad ćwiczeniami lekkoatletycznymi rolę sędziego bez zarzutu. Urządzanie zatem doksztalających kursów jedno- lub dwutygodniowych byłoby zadaniem omawianej Sekcji Naczelnej Rady.

6. Nie wchodząc w atrybucje Rady Naczelnej jako ciała obejmującego opiekę nad całokształtem wychowania fizycznego, mówię tylko o jednej sekcji, obejmującej swobodne ćwiczenia na wolnym powietrzu. Lecz i tu taka masa zdań, że

dla skrócenia referatu muszę się co do innych punktów ograniczyć do ich wyliczenia bez motywów.

A więc: organizowanie gier ruchowych i kąpieli dla młodzieży w czasie wakacyj letnich, propagowanie idei potrzeby ruchu na wolnem powietrzu przez odczyty, odezwy, artykuły itp. — udzielanie pouczeń i wskazówek tego żądającym — sporządzanie i ogłaszanie statystycznych wykazów z ruchu sportowego młodzieży — wydawanie roczników z komunikatami o postępach w tej dziedzinie u nas i w innych państwach, — urządzanie zjazdów itp. itp. — wszystko to wystarczy dla umotywowania potrzeby stworzenia tej nowej placówki wychowawczej.

Propaganda zdrowego ruchu na wolnem powietrzu wcześniej czy później musi sprowadzić zrozumienie, że to rzecz dla społeczeństwa tak ważna, jak wodociągi lub kanalizacja. Długa to droga, boć o zdrowiu stanowią i inne czynniki, należyte odżywianie, zdrowe mieszkanie i cały szereg okoliczności sprzyjających uodpornieniu organizmu i mnożących zasób zdrowia. Nie wszystko da się w krótkim czasie zrobić, ale iść naprzód należy — bo tu chodzi o zdrowie przede wszystkim najmłodszego pokolenia, które stanowi o przyszłości narodu. Żaden wysiłek nie pójdzie tu na marne; praca nad wychowaniem młodzieży to najpiękniejsza inwestycja, która stokrotny plon społeczeństwu przyniesie. Chodzi o zdrowie najmłodszego pokolenia, a *vita non est vivere sed valere!*

W myśl wywodów powyższych niech mi wolno będzie zgłosić następujące rezolucje:

1) Zjazd witając z zadowoleniem projekt ustawy o powszechnem wychowaniu fizycznym i przysposobieniu wojskowem a w szczególności zawarte w nim postanowienia co do stwarzania boisk zabawowych i sportowych dla młodzieży — wyraża przekonanie, że projekt ten przed przedstawieniem go Sejmowi ustawodawczemu powinien być przestawiony Naczelnej Radzie wychowania fizycznego dla wydania o nim swej opinji.

2) O ile projektem ustawy nie jest objęta młodzież akademicka, należy w tym kierunku projekt uzupełnić.

3) W łonie Naczelnej Rady wychowania fizycznego wskazane jest stworzenie Sekcji gier ruchowych, której zadania zostaną bliżej określone osobnym regulaminem.

Prof. gimn. F. Fidziński, Kraków.

Koła sportowe młodzieży szkolnej.

Wszyscy jesteśmy stworzeni do używania szczęścia. Można go atoli zakosztować, gdy się posiada zdrowie fizyczne, intelektualne i moralne, a każde w pełni. Rozum, dobrze nawet wygimnastykowany, często nie wystarczy. Nieraz bowiem przychodzą do głosu i nasze mięśnie, nasz cały organizm, a gdybyśmy posiadali pewną wprawę pierwszych i większą wytrzymałość drugiego, wyszlibyśmy zwycięsko.

Przedewszystkiem zaś młodzież winna dążyć do racjonalnego rozwoju i kształcenia się w szerokim tego słowa znaczeniu (jak to ma już miejsce zagranicą), a to celem osiągnięcia jak najbardziej dodatnich rezultatów pracy nad wyrabianiem zdrowia, poprawnej postawy oraz ruchów, pięknej budowy ciała i duchowej dzielności, a zatem w pracy nad wyrabianiem sprawności wogóle w szerokim tego słowa znaczeniu. Dążą do tego i wychowanie fizyczne i sport zapomocą ruchu.

Jest jednakże między temi dwiema gałęziami różnica. Pierwsze dąży do umiarkowanej, lecz wszechstronnej sprawności, podczas gdy drugi do możliwie największej sprawności, ale tylko w pewnym, dowolnie przez siebie obranym kierunku. Wychowanie fizyczne tedy nie zakreśla sobie granicy, podczas gdy sport zacieśnia się właściwie, mimo wyrabiania przymiotów ciała i ducha, bo dąży do rekordów i mistrzostw. Innemi słowy, mniej dba on o wszechstronny rozwój człowieka-osobnika, lecz rozwija cieleśnie, a także i duchowo bardziej jednostronnie.

Szkoła nasza wychowuje młodzież fizycznie, przepisując dla każdego wieku i płci racjonalne ćwiczenia fizyczne oraz

odpowiednie gry ruchowe, ale nie daje jej tego wszystkiego, co dla jej fizycznego wychowania dawać powinna. Są bowiem jeszcze niektóre lżejsze formy różnych gałęzi sportu, nazywanego gimnastycznym, a właściwiej wychowawczym, które można zalecić młodzieży, gdyż dążą do wzmaganie tej wszechstronnej sprawności, bo kształcą całość każdego i jego współdziałanie z innymi. Z punktu widzenia wychowawczego więc można nie tylko pozwolić młodzieży na uprawianie takich tylko gałęzi sportu, ale wprost nakazać to.

Szkoła nie może pod żadnym warunkiem dopuszczać do uprawiania przez młodzież, t. j. organizmy ciągle jeszcze rosnące, jakiejś specjalizacji, ale może i powinna nawet nie tylko pozwalać, ale i otaczać jaką tylko może opieką pracą jej samej nad sobą w różnych gałęziach sportu wychowawczego. Jak dotąd nie ujęła ona, ani nawet nie starała się ująć jej w swoje ręce tak, jak to zrobiła już z ćwiczeniami fizycznymi. Czyż bowiem da się to zresztą pomyśleć przy dwóch tylko (w szkołach średnich) względnie trzech (w seminarjach nauczycielskich) godzinach tygodniowo oraz przy tak dokuczliwym braku boisk nie tylko odpowiednich, ale jakichkolwiek, dla młodzieży szkolnej specjalnie przeznaczonych?

Dotąd szkoła nie widzi, czy nie chce widzieć, że sama natura nie daje młodzieży spokoju i każe jej wyładowywać swój nadmiar energii. A że ta młodzież w sporcie widzi najlepsze ujście dla swoich rozkiełznanych sił, rzuca się doń sama i niestety bardzo łatwo daje się porwać panującej tam wszechwładnie t. zw. specjalizacji sportowej. Zasklepia się najczęściej w jednej jego gałęzi, by powiększyć grono zawodników-rekordzistów, tem więcej, iż oddaje się w ręce jakiegoś niby specjalście danego działu sportu, mało zazwyczaj doświadczonemu i nieumiejącemu wychowywać, zwłaszcza organizmów rosnących. W ten to sposób, uczeń, odczuwając braki w programie szkolnym wychowania fizycznego, nieświadomie, jeśli już nie psuje, to w każdym razie wypacza wychowawcze wysiłki szkoły.

A przecież ta nie tylko może, ale nawet powinna przeciwdziałać temu, mimo że sprawa „sportowego” wychowania mło-

dzieży nie jest jeszcze ujęta w program nauczania. Winna tylko sama bezwarunkowo ująć rzecz w swe ręce i wypełnić tę lukę. Jej bowiem fachowe organa: lekarz szkolny i kierownik wychowania fizycznego, umieją prowadzić młodzież do możliwie najwyższej wszechstronności, a nigdy do specjalnej jakiejś sprawności w jednym kierunku czyli do rekordu, co odbywa się często nawet kosztem lekceważenia zdrowia. Oni znają powierzoną sobie młodzież i wiedzą, którą formę ruchu — nawet ściśle określonego, jaką jest „sport” — kiedy i jak stosować. Dzisiaj jest to już nieodzownym postulatem wychowania fizycznego młodzieży szkolnej. Musi zatem szkoła ujednostajnić ten rodzaj pracy wychowawczej i nadać mu pewien racjonalny kierunek przez objęcie jej programem nauczania. Dopóki atoli to się nie stanie i dopóki każda szkoła nie będzie mieć własnego boiska (na co długo przyjdzie nam jeszcze czekać), należy bezwarunkowo ujmować tymczasem w karby tę szukającą ujścia ruchliwość młodzieży szkolnej w t. zw. Koła sportowe, na które będą się składać różne poszczególne sekcje.

Takie Koło sportowe w każdej szkole, męskiej czy żeńskiej, a przedewszystkiem w każdym zakładzie średnim wzgl. seminarjum nauczycielskiem, winno zrzeszać w różnych sekcjach młodzież już od klasy pierwszej, t. j. od dziesiątego roku życia, fizycznie zdrową i przez lekarza szkolnego badaną, dla samodzielnego wyrabiania jej wszechstronnej sprawności. Dążeniem bowiem szkoły winno być nietylko pozwalać zżywać się młodzieży z koniecznością i racjonalnością przebywania oraz ruchu na wolnem powietrzu, ale nawet zachęcać ją do tego, by one stały się niejako drugą jej naturą.

U nas w Polsce, gdzie wszyscy niemal lękają się wolnego i świeżego powietrza, a wstydzą ruchu, trzeba koniecznie nietylko pozwalać młodzieży, ale zachęcać do zakładania Kół sportowych w szkole, bo te tylko mogą przynieść zmianę na lepsze i poprawić naszą rasę. W nich bowiem będzie się młodzież sama zrzeszać, sama organizować i rządzić (wpływ więc i wychowawczy), a szkoła będzie tylko dozorować, by wszystko odbywało się w odpowiedni sposób oraz

w należytych kierunku. W każdym jednak razie pilnować trzeba będzie, by pracowano nad wszechstronnym rozwojem, a nie specjalizowano się przypadkowo za wzorem pozaszkolnych klubów czy towarzystw sportowych. Równocześnie odciągając one będą młodzież od tych klubów, tem więcej, iż będzie miała własną, a nie narzuconą sobie organizację, opartą w dość dużym stopniu na samorządzie. Ten właśnie fakt, a nie najsurowszy nawet zakaz, będzie owym magnesem, zatrzymującym młodzież w szkole.

Z tych więc względów Koła sportowe młodzieży są niedzwołą koniecznością, nawet w szkole powszechnej. Tutaj nie może być jeszcze wprawdzie mowy o sporcie — podobnie jak i w t. zw. niższem gimnazjum — ale w każdym razie można się tu ograniczać — że już tak powiem — do gier ruchowych i te uprawiać, by to zżywanie się z powietrzem i ruchem już od zarania młodości wsiąkało w krew dzieci.

Pod żadnym warunkiem nie może być celem takiego Koła dostarczanie świetnych chwilowo drużyn sportowych lub stawianie rekordów, ale natomiast nietylko może, lecz i powinno być jego celem wzmaganie zdrowia i sił oraz ich rozwijanie i stopniowe doprowadzanie do gruntowania opoki, na którejby można później, przy dalszem zaprawianiu odpowiednimi ćwiczeniami, budować kiedyś i rekordy.

Spełnia ono swoje cele przez organizowanie różnych sekcji dla uprawiania różnych gier czy gałęzi sportu wychowawczego. W nich rozwija się zawsze skuteczniejsza i intensywniejsza praca, one mogą lepiej organizować same drużyny i ewent. różne kursy, starać się o zniżki czy do pływalni czy na ślizgawkę i t. p.

Tak zorganizowane Koło będzie najlepiej dążyło do racjonalnego rozwoju fizycznego i budzenia życia sportowego wśród młodzieży każdej szkoły. Zasadniczem zaś jego zadaniem będzie uzgadniać programy sportowe wszystkich sekcji i dążyć do tego, by żadnej gałęzi sportu nie forytowano kosztem innych, lecz by wszystkie jednakowo mniej więcej uprawiano.

Do osiągnięcia tego zasadniczego swojego celu zmierza Koło przez urządzenie zawodów przede wszystkim międzyklaso-

wych, a także i z innymi zakładami a ewentualnie i z klubami pozaszkolnymi (za zgodą naturalnie dyrekcji zakładu). przez branie czynnego udziału w dorocznych zawodach drużyn szkolnych Okręgu Szkolnego, przez urządzenie wykładów, odczytów i pogadanek z zakresu wychowania fizycznego oraz odpowiednich gałęzi sportu dla młodzieży i dla jej rodziców.

Głównie zaś należy zorganizować w Kole sportowem sekcje: gier ruchowych, gier sportowych (np. koszykówki, palanta i t. d., pływaką, wioślarską, narciarską, łyżwiarską, saneczkarską, turystyczną, tenisową, kolarską, bokserską, szermierczą, lekkoatletyczną i t. d. i to albo w każdym oddziale każdej klasy (jeśli dużo młodzieży), albo w każdej klasie odrębną, albo wreszcie z młodzieży t. zw. wyższego gimnazjum, t. j. od klasy czwartej włącznie. W łonie Koła nie powinno brakować ani jednej gałęzi sportu wychowawczego. Nie może też ono ograniczać się do żywotności i czynności sekcji piłki nożnej tylko.

Ćwiczenia atoli wszystkich sekcij muszą się odbywać pod kierownictwem fachowego wychowawcy fizycznego, ewentualnie lekarza szkolnego lub innego członka grona nauczycielskiego, obeznanego z daną gałęzią sportu.

W związku z tem pozostaje kwestja, jakie gałęzie sportu nadają się dla młodzieży szkolnej męskiej, a jakie dla żeńskiej, oraz jak i gdzie ma ona je uprawiać.

Dla starszej młodzieży męskiej najważniejszą jest Sekcja lekkoatletyczna, podstawa wszystkich sportów. Spotykałem się ze zdaniem samej młodzieży, iż do niej przedewszystkiem winien należeć każdy członek koła sportowego. Kierownik jej winien w porozumieniu z Zarządem Koła wystarać się o boisko czy bieżnię czy inne urządzenia lekkoatletyczne i ewentualnie pomagać kierownikowi wychowania fizycznego w prowadzeniu ćwiczeń zawodników odpowiednio do wieku, ale tylko pod jego dozorem. Dla starszych, należycie zaprawionych, można urządzać na wiosnę zawody — tylko drużyn, a nigdy jednostek — np. o doroczne mistrzostwo gimnazjum (drużyny wystawiałyby naturalnie poszczególne oddziały klas

dowoli) — w jesieni zaś walczyłyby tylko znowu drużyny czy w pewnych, czy niemal we wszystkich działach lekkoatletyki, albo o punkty według ustalonych zgóry norm, przystosowanych do ich wieku, albo o odznakę sportową według ustanowionych specjalnych dla niej przepisów i norm uprawnień. W zimie znowu winni wszyscy członkowie Koła uprawiać obok sportów zimowych odpowiednie ćwiczenia lekkoatletyczne w sali gimnastycznej, zawsze według wskazówek i zarządzeń kierownika wychowania fizycznego.

Sekcja bokserska może ćwiczyć w sali gimnastycznej i urządzać ewentualnie popisy (względnie nawet i zawody).

Podobnie winna się mieć sprawa i ze Sekcją szermierczą. Ta jednakże siłą rzeczy może grupować narazie jeszcze młodzież głównie bogatszą ze względu na koszt przyborów i opłaty specjalisty nauczyciela-szermierza.

To samo można powiedzieć na razie jeszcze i o Sekcjach tenisowej oraz wioślarskiej.

Sądzić atoli należy, że każda szkoła będzie mogła z biegiem czasu sprawić z t. zw. funduszu gier i zabaw ruchowych odpowiednie przybory dla użytku grupującej się w Kole sportowem młodzieży.

Zadaniem znowu Sekcji pływackiej będzie przede wszystkim oswoić młodzież z wodą i uczyć ją pływać wszystką bez wyjątku. Coprawda nasze warunki klimatyczne i szkolne (wakacje mianowicie rozpraszają młodzież w tych dwu miesiącach, kiedyby Sekcja mogła najskuteczniej pracować) niezbyt sprzyjają jej działalności. Istnieć jednakże bezwarunkowo nie tylko powinna, ale co więcej nawet winna urządzać pokazy, popisy i ewentualnie zawody śródklasowe czy o nagrodę wędrowną zakładu względnie na ten cel specjalnie ufundowaną dla zakładu, czy o odznakę sportową szkolną.

Sekcja kolarska powinna istnieć, lecz posiadać tylko wybitny charakter krajoznawczo-turystyczny dla wspólnych bliższych i dalszych wycieczek, a przenigdy wyścigowy.

Zadaniem jej byłoby więc jeździć na rowerze i zapoznawać z mechanizmem roweru oraz jego koniecznym ustosunkowaniu się do jeżdżącego, a nigdy odwrotnie.

Sekcja piłki nożnej będzie zrazu zawsze może najliczniejsza. Nie powinna atoli odgrywać w Kole wielkiej roli, gdyż trudnoby było prowadzić ją odpowiednio do wieku i rozwoju młodzieży ze względu na przemożną konkurencję klubów pozaszkolnych, nieuwzględniających tych wskazań wychowawczych.

Sekcja zabaw i gier ruchowych obejmować będzie w szkole średniej młodzież od lat 10, t. zn. od klasy 1-ej włącznie (zaś w szkole powszechnej od klasy 5-ej) a to w ten sposób, by dla klas 3-ej i 4-ej (średnich) przeznaczać gry ruchowe i w tych urządzać nawet zawody — natomiast dla klas od 4-ej przeznaczyć gry t. zw. sportowe jak n. p. piłka ręczna, palant, uszata, dłoniówka, koszykówka (tylko atoli angielska) i t. p. Sekcja ta miałaby za zadanie popularyzować jak najbardziej gry ruchowe ze względu na wielkie ich zalety, a tem samem zajmować młodzieży czas wolny od nauki dla zdrowia i fizycznego rozwoju i wyprowadzać ją poza miasto, daleko od możliwości zepsucia moralnego. Winna ona też urządzać jak najczęściej zawody czy śródklasowe, czy międzyklasowe, czy wreszcie o mistrzostwo zakładu.

Sekcja właściwych gier ruchowych doskonale zaprawiałaby systematycznie i przygotowałaby do gier sportowych oraz różnych gałęzi sportu.

Sekcja sportów zimowych obejmować będzie podsekcje: łyżwiarską, narciarską i saneczkową, o których istnieniu w każdej szkole ani wątpić nie należy.

W Sekcji turystyczno-krajoznawczej przyzwyczajałaby się młodzież stopniowo oraz systematycznie do dłuższych marszów, obok zapoznawania się z krajem.

W szkołach żeńskich odpadają Sekcje: bokserska, piłki nożnej oraz szermiercza.

Jednakowoż, by sekcje osiągały jak najlepsze rezultaty i jak najlepiej się rozwijały, muszą posiadać odpowiednie przy-

bory, ewentualnie czerpać dochody na nie z t. zw. szkolnego funduszu gier i zabaw ruchowych względnie opodatkowywać swoich członków specjalnie. Z tych też względów jest nieodzownem, by sala gimnastyczna zakładu była każdej chwili do dyspozycji Koła sportowego względnie odpowiednich jego sekcji, czy nawet specjalnej Sekcji gimnastycznej, by jej w godzinach popołudniowych nie zajmowały inne zakłady— by fundusz gier i zabaw otrzymał nazwę funduszu wychowania fizycznego i był oddany wyłącznie w ręce kierownika ćwiczeń cielesnych, któryby zdawał z niego sprawę Dyrekcji zakładu.

Zrzeszenie się młodzieży różnego wieku w sekcjach Koła sportowego, przyczyniałoby się do wyrabiania ducha równości oraz atmosfery prawdziwie przyjacielskiej i emulacji w pełnem tego słowa znaczeniu szlachetnej.

W ten sposób zorganizowane Koło sportowe śmiało może się pokusić o uzupełnianie tego w wychowaniu, czego szkoła młodzieży nie daje. Raz zaś wszczepione i to w młodości jeszcze zamiłowanie do ruchu na świeżem powietrzu i sportów pozostanie na zawsze, umacniając zdrowie i w wieku dojrzałym.

Idea szkolnych Kół sportowych winna się rozpowszechnić jak najprędzej i jak najbardziej, a szkoły — zwłaszcza zaś ich grona nauczycielskie — winny raz wreszcie zrozumieć, że istnienie Koła sportowego w każdym zakładzie jest konieczne. Szkoła bowiem nie może pod żadnym warunkiem wypuszczać z rąk opieki nad zdrowiem młodzieży, tem więcej, że niechętnie zezwala jej na należenie do pozaszkolnych zrzeszeń sportowych, a nawet słusznie zabrania i nadal ze względów wychowawczych zabraniać powinna. W ten sposób staje się szkolne Koło sportowe koniecznością wychowawczą w każdym zakładzie męskim i żeńskim.

Jednakowoż i względy ambicji narodowej przemawiają za koniecznością funkcjonowania takich organizacji w szkole. Będą one mianowicie dostarczały sportowi rodzimemu nie jak dotąd surowego, lecz racjonalnie ćwiczonego i zaprawianego narybku. W ten sposób będą organizowały oraz silnie grun-

towały podstawy sportu polskiego tak, że — jeśli już nie wyda w niedługim czasie Paddocków, Nurmi'ch czy Weissmüller'ów czy Charlton'ów, to w każdym razie zareprezentuje godnie Ojczyznę w oczach całego świata.

W związku jednakże z bezsporną koniecznością zakładania Kół sportowych młodzieży szkolnej, stoi sprawa określenia oraz unormowania stosunku wychowania sportowo-fizycznego z umysłowem. Zazwyczaj bowiem tak się ta sprawa kumuluje, iż z chwilą przystąpienia Kół do intensywnej pracy nad letniami sportami zaczyna się okres powtórek różnych całości, który niedość, że nie pozwala na oddawanie się sportom, ale jeszcze potęguje przeciążenie, co naturalnie musi się niekorzystnie odbijać na fizycznym zdrowiu młodzieży.

Obok tej sprawy, należy jeszcze specjalnem rozporządzeniem wyjaśnić i uregulować sprawę czynnego udziału gromad nauczycielskich oraz lekarzy szkolnych w pracach Koła sportowego w szkole. Pierwsze mianowicie, a zwłaszcza t. z. wychowawcy winni bezwarunkowo interesować się fizycznym ruchem swych wychowanków, gdyż tu mogą znaleźć dużo materiału do bliższej ich charakterystyki. Dla drugich znowu boiska są najlepszym warsztatem pracy, bo tu mogą każdej chwili przeprowadzać pomiary oraz badania, bodaj najciekawsze, bo dotyczące już nie statyki, lecz dynamiki młodocianych organizmów.

Reasumując powyższe, dojść musimy do następujących wniosków:

1. Koła sportowe młodzieży szkolnej powinny funkcjonować w każdej szkole czy powszechnej czy średniej, zarówno męskiej, jak i żeńskiej i stanowić odrębną dla siebie organizację, zależną jedynie od Władz szkolnych.

2. Obejmować one winny młodzież obojga płci od 10 r. życia, t. j. od 5-ej klasy szkoły powszechnej, 1-ej klasy szkoły średniej względnie 1-go kursu Seminarjum nauczycielskiego czy innej szkoły równorzędnej.

3. Program działalności Kół ma obejmować: a) gry ruchowe — b) gry sportowe — c) sport wychowawczy — wszystko dostosowane do wieku ćwiczących.

4. Koła dzielą się na sekcje, opierają się na szkolnym funduszu wychowania fizycznego a korzystają z urządzeń, przyrządów i przyborów szkoły.

5. Nad kierunkiem i sposobami przeprowadzania ćwiczeń (zaprawy w sekcjach) pracuje wyłącznie kierownik wychowania fizycznego przy pomocy lekarza szkolnego.

6. Grona nauczycielskie winny czynnie popierać działalność Koła, co należy określić specjalnem rozporządzeniem.

7. Dotychczasowe programy nauczania szkolnego muszą ulec rewizji i być w kierunku fizycznego wychowania młodzieży rozszerzone, a w każdym razie objąć szkolne Koła sportowe i unormować stosunek wychowania fizyczno-sportowego do umysłowego.

8. W związku z odpowiedzialnością szkoły za kierunek pracy w Kołach należy bezwarunkowo przywrócić zredukowane obecnie do 6-u, a gdzie indziej do 4-ech nawet godzin tygodniowo, dawne 12 godzin tygodniowo na popołudniowe gry i zabawy ruchowe.

9. Władze oświatowe winny przedłożyć Sejmowi Rzpltej w jak najkrótszym czasie projekt t. z. ustawy boiskowej, któraby zapewniała specjalne boiska sportowe dla młodzieży szkolnej.

10. Dotychczasowy fundusz gier i zabaw ruchowych należy przemianować na fundusz wychowania fizycznego, a zarządzanie nim przekazać wyłącznie dyrekcji każdej szkoły wraz z kierownikiem wychowania fizycznego i lekarzem szkolnym.

11. Otwierać kursy dokształcające dla kierowników wychowania fizycznego, a zwłaszcza dla lekarzy szkolnych oraz członków Gron nauczycielskich i zapoznawać ich z najnowszymi zdobyczami wychowania fizycznego, a głównie z pracą w sporcie wychowawczym.

12. Ze względu na stałe dotąd zaniechanie działu wychowania fizycznego w szkole powszechnej, położyć w seminarjach nauczycielskich większy nacisk na należyte praktyczne wyszkolenie ich uczniów tak, by ci mogli rzeczywiście gruntować podstawy zdrowia i siły młodzieży.

13. Otworzyć jak najprędzej pełne Studja wychowania fizycznego przy uniwersytetach, dla kształcenia przyszłych wychowawców fizycznych i lekarzy szkolnych.

14. W miarę zakładania szkolnych Kół sportowych, zabronić młodzieży szkolnej bezwarunkowo należenia do pozaszkolnych zrzeszeń sportowych.

Z organizacji i metodyki ćwiczeń.

Dr. Tad. Strumillo, Lublin.

Uwagi o obozach letnich przysposobienia wojskowego młodzieży

na podstawie wizytacji w lecie 1925 r.

Wstęp.

W lipcu i sierpniu b. r. objechałem na propozycję P. Wiceministra Łopuszańskiego szereg obozów letnich przysposobienia wojskowego młodzieży, starając się o zdobycie możliwie wiernego ogólnego obrazu tej akcji przez porównanie charakterystycznych cech możliwie licznych obozów, organizowanych w rozmaitych okręgach wojskowych.

Zwiedziłem w 7 okręgach następujące grupy obozów: 1) 4 grupy obozów okręgu łódzkiego koło Sulejowa nad Pilicą, 2) grupa pomorska koło Tupadły nad morzem, 3) 2 grupy okręgu poznańskiego między Karwią i Dębkami nad morzem, 4) grupa poleska w Leśnej pod Baranowiczami, 5) grupa wileńska w Pohulance pod Święcianami, 6) 2 grupy okręgu przemyskiego w dolinie Oporu (w Skolem i Zelemiance), 7) 2 grupy okręgu lubelskiego w Węgierskiej Górze pod Żywcem.

Razem obejmowały te grupy 45 obozów i około 4000 młodzieży; w tem było 18 obozów nieszkolnych (nauczycielskich,

harcerskich i członków innych stowarzyszeń wojskowo-wychowawczych) z około 1000 uczestników, oraz 27 obozów szkolnych z około 3000 młodzieży.

Pominałem obozy okręgów warszawskiego, lwowskiego i krakowskiego, jako częściej wizytowane i lepiej znane, ponieważ brak czasu nie pozwoliłby mi w żadnym razie na wizytację wszystkich grup. Obraz ogólny jest wobec tego niewątpliwie niekompletny (ogólna liczba obozów miała osiągać 80), choć wolno mniemać, że grupy wizytowane dostarczały ogromnej większości charakterystycznych momentów organizacyjnych i wychowawczych życia obozowego, występujących w różnych zespołach wszędzie.

Cała dotychczasowa akcja obozowa nie wyszła z okresu prób, rozmaicie w różnych okręgach organizowanych, i potrzeba sprowadzenia jej do wspólnego mianownika pod względem organizacji, programu i metody wydaje się palącą.

Nie ulega wątpliwości, że postępy uczynione w ciągu 4 lat, są znaczne i że dziś obozy przedstawiają się ma ogół dodatnio, w szczególności jednak wiele można zrobić dla poprawy dzisiejszego stanu rzeczy — często przez powszechne zastosowanie trafnej inicjatywy tego czy innego okręgu, czasem przez zwrócenie uwagi na punkty, które dotychczas wymykały się uwadze czy też możliwości uwzględnienia organizatorów obozów.

Podzielałam spotykaną w kierownictwie wielu obozów opinię, że dalszy rozwój sprawy przysposobienia wojskowego młodzieży wymaga zebrania i oświecenia dotychczasowych doświadczeń, zwołania ogólnego zjazdu instruktorów i wychowawców wojskowych i cywilnych i wydania jednolitej instrukcji szczegółowej, na której mogłoby się oprzeć staranniejsze niż dotąd przygotowanie kadr instruktorskich.

Poniższe uwagi szczegółowe mają charakter przyczynku do takiego właśnie gromadzenia i oświecania wysiłków dotychczasowych wraz z nieodzownym wyciąganiem wniosków praktycznych na bezpośrednią przyszłość.

Dla większej przejrzystości podzielę swe uwagi na 4 części, mówiąc w 1-ej o organizacji i zaopatrzeniu, w 2-ej o kierownictwie, w 3-ej o młodzieży, a w 4-ej o programie i wykonaniu.

I. Organizacja i zaopatrzenie.

1. *Obóz samodzielną jednostką organizacyjną.* Obozy jako jednostki traktowane są dotychczas bardzo rozmaicie, ich liczebność waha się od 20 do 150 ludzi, a ich wartość znajduje się niemal w stosunku odwrotnym do liczebności, a zwłaszcza do liczby młodzieży, przypadającej na jednego instruktora, zato w stosunku prostym do stopnia posiadanej samodzielności. Łatwo jest zrozumieć, że najmniejsze obozy, mające zwykle specjalny charakter — instruktorskich harcerskich lub instruktorskich nauczycielskich — mogą indywidualizować i osiągać wyższe wyniki. Chodzi o optymalną jednostkę organizacyjną dla obozów szkolnych.

Widziałem grupy obozów, z których każdy liczył po 100 do 150 chłopców i posiadał trzech instruktorów, a wszystkie były rozlokowane tuż obok siebie, posiadały jedną wspólną kuchnię (tudzież wspólne „kasyno oficerskie”), oraz urządzały rzadka również wspólne ognisko obozowe. Chorobą takiej grupy musi stać się masówka wszystko przenikająca i utrudniająca życie się i indywidualizację pracy w poszczególnych obozach.

Temu niepożądanemu typowi organizacji przeciwstawić należy jako szczególnie pożądany inny widziany przeze mnie przykład, gdzie każdy obóz grupy, mając również około 150 uczestników, dzielił się na dwie kompanie tak wyposażone w instruktora każda, jak tam cały obóz; nadto siódmym instruktorem obozu był jego osobny dowódca, a ósmym nauczyciel-wychowawca; każdy obóz prowadził własną kuchnię, miał zupełnie odrębny teren, urządzał co wieczór własne ognisko i współżył ściśle z instruktorami, poprzestającymi na kuchni swego obozu i widocznie lubiącymi swoich chłopaków.

Bliskie sąsiedztwo kilku takich samodzielnych obozów korzystne jest nie tylko ze względu na ułatwienie zadań wspólnego dowództwa i administracji, lecz także jako sprzyjające rozwojowi pożądanej emulacji między obozami przy racjonalnym postawieniu współzawodnictwa w grach i wynikach ćwiczeń lekkoatletycznych i wojskowych.

2. *Odrębność organizacyjna obozów p. w.* Spotkałem się z próbami zlecenia organizacji obozów p. w. poszczególnym dywizjom (podobno ma wchodzić w rachubę organizowanie ich także przez pojedyncze pułki). Uznać należy te próby za niewskazane, dowództwo okręgu bowiem zawsze większe może dać gwarancje należytego doboru grona instruktorskiego, wy-

posażenia obozu i zabezpieczenia od dążności do takiej czy innej jednostronnej propagandy, grożącej czasem — jak miałem możność się przekonać — niezadowoleniem w społeczeństwie, przenoszącem to niezadowolenie na całą akcję przysposobienia wojskowego. Niepożądanem też wydaje mi się urządzenie obozów p. w. w bezpośredniej łączności z letniami obozami oddziałów wojskowych.

3. *Tereny obozów* wybierane bywają nieraz niewłaściwie: nie powinny być dopuszczalne tereny z zupełnym brakiem wody do picia, z lotnemi piaskami, zasypującymi wszystko w obozie, z sąsiedztwem bezpośredniem moczarów; nie jest też dobrze, gdy obozy położone są na pochyłościach lub w lesie na tyle gęstym, że wolnych i równych przestrzeni do gimnastyki i lekkiej atletyki niema pod ręką; wysoce niepożądana jest bliskość miasteczek i lotnisk, stwarzająca roztargnienia i pokusy dla uczestników i instruktorów.

Natomiast trzebaby pragnąć, aby obozy znajdowały się w okolicach krajoznawczo interesujących. W związku z tem stoi słuszne dążenie referatów p. w. przy dowództwach okręgów do organizowania obozów poza terenem własnego okręgu. Wybór najodpowiedniejszych terenów w każdym okręgu i przeprowadzenie tam niezbędnych adaptacyj ułatwiałyby słuszną wymianę tych terenów i pozwalałyby organizować co rok obozy w nowych okolicach, przyczyniając się do poznawania różnych dzielnic, oszczędzając równocześnie nakład sił na wyszukiwanie i przysposabianie właściwego miejsca.

4. *Zaopatrzenie obozów* jest naogół dostateczne, w niektórych punktach trzebaby je jednak ulepszyć:

a) namioty są przeważnie bardzo zniszczone; wobec stałego wzrostu akcji obozowej — nietylko p. w., ale też harcerskiej, sokolej, sportowej, kolonij letnich — należy dążyć do założenia wytwórni namiotów, — najlepiej chyba wytwórni wojskowej lub spółkowej stowarzyszeń wojskowo-wychowawczych, popartej przez władze państwowe;

b) zamiast budowania co rok prycz drewnianych, lepiej dać łóżka żelazne, co też w niektórych grupach już widziałem;

c) oprócz sienników należy dawać uczestnikom prześcieradła, co nie wszędzie ma miejsce;

d) co do ubrania i obuwia trzeba się domagać jasnego postawienia sprawy, zrywając z dotychczasową połowicznością: wzywa się uczestników do przywiezienia własnego ubrania

i butów, gdy jednak ci w większości wypadków przywożą tak liche — zwłaszcza obuwie, że po paru tygodniach jest do niczego, — wydaje im się wojskowe; należy ustalić, że każdy uczestnik prócz czapki i owijaczy otrzymuje buty, krótkie spodnie i koszulkę mundurową, pobierać za to jednak pewną opłatę; długie spodnie należy zupełnie skasować, jako w obozie niehigieniczne i niezestetyczne; warto pomyśleć o zapewnieniu każdemu obozowi pewnej liczby płaszców;

e) żywienie, wogóle dostateczne, domaga się urozmaicenia, zwłaszcza świeżemi jarzynami; ryczałtowanie zamiast zaopatrzenia w naturze przez D. O. K. i pozostawienie poszczególnym obozom możliwości starań o swój wikt, jest w obozach prawie powszechnem pragnieniem; przy ustaleniu terenów obozowych z roku na rok da się z łatwością zapewnić dostateczną dostawę świeżych warzyw z okolicy;

f) sprzęt obozowy i techniczny nie wszędzie bywa dość liczny i urozmaicony; z reguły brakuje jakichkolwiek urządzeń do gimnastyki; sprzętu lekkoatletycznego jest za mało i brak zwykle lepszych typów (dysk, kula), co przy znacznym odsetku młodzieży słabszej byłoby koniecznem; czasem brak przyborów do gier bardziej pożądaných prowadzi do niezdrowego tolerowania jednostronności piłki nożnej.

II. Kierownictwo.

1. *Dobór oficerów*, sprawa, jak wszyscy uznają, najważniejsza, przedstawia się dziwnie niejednolicie; w obozach obok doświadczonych w ciągu lat kilku oficerów instrukcyjnych i specjalistów, nierzadko obdarzonych uderzającym talentem wychowawczym i duchem prawdziwego poświęcenia, spotyka się nieproporcjonalnie wielu ludzi zupełnie w pracy p. w. nowych, mało w niej zainteresowanych, a co za tem idzie, nieskłonnych i niezdolnych do wytwarzania w obozie koniecznej atmosfery wyższych wymagań moralnych i przyjacielskiego obcowania z młodzieżą, natomiast tu i ówdzie posuwających się do gorszego wprost folgowania nawyczkom i skłonnościom, stojącym w jaskrawej sprzeczności z wychowawczemi zadaniami obozów. Trzeba więc żądać bezwzględnie staranniejszego doboru oficerów; niedopuszczalne jest traktowanie wyjazdu do obozu jako li tylko przyjemnego letniska; referenci p. w. mogliby się więcej o to troszczyć: w kilku grupach wcale się nie po-

kazywali, co stało w rażącym przeciwieństwie do innych, przebywających w obozach cały czas i z całym oddaniem a skutecznie pracujących nad podniesieniem ich poziomu. Doświadczenia, zrównoważenia, powagi i talentu pedagogicznego wymagać trzeba przede wszystkim oczywiście od dowódców grup i obozów; tymczasem obok dowódców znakomitych bywają też niewłaściwi — słabo zorientowani lub zbyt młodzi.

2. *Przygotowanie.* Wobec trudności doboru, tem większy należałoby położyć nacisk na przygotowanie materiału instruktorskiego do tak zupełnie nowych dla wielu zadań; tego zaniebdano jednak niemal powszechnie, nad czem sporo słyszałem w obozach ubolewań; kursy przygotowawcze, choć by krótkie, lecz poważnie postawione, powinny na przyszłość być koniecznym postulatem.

3. *Stałe kadry instruktorskie.* W wyniku racjonalnego postawienia sprawy doboru i przygotowania instruktorów trzeba by przewidzieć tworzenie stałych kadr instruktorskich p. w. Dopiero to nadałoby całej akcji p. w. ciągłość większą, ułatwiałoby sumowanie się doświadczeń i doskonalenie metod.

4. *Sprawa podoficerów* nie jest ujednostajniona; gdy w jednych, lepszych obozach są oni zgodnie z żądaniem czynników szkolnych wykluczeni od instruowania młodzieży i spełniają tylko funkcje administracyjne i techniczne, w innych odgrywają rolę pomocników, a nieraz zastępców oficerów w roli instruktorskiej. Nie byłoby słusznem twierdzić, że żaden z podoficerów nie może z korzyścią pełnić roli instruktora w obozach p. w., — owszem niejednym kwalifikacjami moralnymi i darem pedagogicznym może górować nad mniej fortunnie dobranymi oficerami, — z reguły jednak mamy tu do czynienia z niebezpieczeństwem złego przykładu, niewłaściwego tonu i fałszywej metody; należałoby więc mocno podkreślić wyjątkowość dopuszczenia podoficerów do ćwiczeń z młodzieżą, jedynie po najstaranniejszym doborze i przygotowaniu.

5. *Nauczyciele wychowania fizycznego* nie zawsze stoją na poziomie wymagań fachowych i ideału wychowawczego; są to najczęściej kontraktowi nauczyciele cywilni, czasem niedostatecznie przygotowani, a w takim razie dobrze jeszcze jeżeli

traktowani tylko jako wykonawcy pod zwierzchnim kierunkiem oficera, mającego ukończony kurs Centralnej Szkoły G. i S. w Poznaniu. Zauważyłem słuszne dążenie do wyeliminowania tych sił cywilnych, czego warunkiem jednak musi być pozyskanie dostatecznej liczby dobrze wykształconych oficerów. Właściwie wszyscy członkowie kadr instruktorskich p. w. winniby być fachowcami w zakresie wychowania fizycznego i współdziałać przy prowadzeniu gimnastyki, która inaczej — prowadzona przez jednostkę w grupie 80—130 chłopców, musi być, przy najlepszych kwalifikacjach instruktora, trywjalnie mówiąc, partoleniem. Aby nie być niesprawiedliwym, przyznać trzeba, że niektórzy cywilni wychowawcy fizyczni stanowią pierwszorzędną materię instruktorską, także poza swymi obowiązkowymi godzinami przestając z młodzieżą i wywierając na nią wpływ zupełnie pozytywny.

6. *Nauczyciele-wychowawcy* budzą niestety z całego grona instruktorskiego najwięcej wątpliwości i krytyki. Przewszystkiem jest ich za mało, niekiedy wcale niema, a w takich wypadkach nie pomagają sprawie, gdy kuratorjum obdarzy jednego z nauczycieli wychowania fizycznego nominacją na swego przedstawiciela, zwłaszcza gdy mu przytem nie udzieli żadnej instrukcji (na taki wypadek się właśnie natknąłem). Ci co przybywają, nie otrzymują żadnego wynagrodzenia, ani dostatecznie jasnych wskazówek co do swojej roli w obozie, czują się więc upośledzonymi, a rzadko zdobywają się na inicjatywę i ofiarność niełatwego czynnego działania wychowawczego. Jest więc rzeczą palącą zdobyć możność ich wynagradzania i jasno określić stawiane im wymogi, a położyć kres dotychczasowemu stanowi rzeczy, nieraz upokarzającemu i demoralizującemu. Nie może nauczyciel-wychowawca mieszkać poza obozem, pokazując się w nim raz na parę dni, ani też mieszkać w obozie, lecz przebywać przeważnie poza nim, świecić nieobecnością nietylko podczas ćwiczeń, zahaw i posiłków młodzieży, ale nawet podczas gawęd przy ognisku wieczornem, — nie może poprzestawać na założeniu biblioteczki, zainicjowaniu pisma obozowego i poprowadzeniu jednej czy paru pogadank, lub wycieczek krajoznawczych. Jego głównym zadaniem być musi stałe współżycie z młodzieżą i wyzyskanie wszystkich szczegółowych, drobnych i ważnych sposobności

moralnego i ideowego oddziaływania. Że to jest możliwe i jak bywa zbawienne, o tem świadczą przykłady, jakie spotkałem, niestety stanowiące rzadkie tylko wyjątki. Ale nawet przy nieidealnych wychowawcach stwierdzano w obozach pożyteczność ich obecności (oczywiście byle się nie zaznaczali wprost ujemnie, co niestety miawało miejsce) w postaci działania hamującego nadmiernie rozhukanie młodzieży, zwłaszcza pochodzącej z tegoż co i dany nauczyciel środowiska. Widziałem przykład, gdzie w grupie było kilku wychowawców i gdzie skarżono się, że młodzież z paru większych środowisk, skąd żadnego nauczyciela nie było, wybitnie gorzej się zachowywała od tych kolegów, którzy czuli na sobie oko znajomego i znającego ich człowieka, mogącego w dodatku w przyszłości zetknąć się z nimi na terenie szkolnym.

7. *Kapelani obozowi.* W jednej tylko grupie natrafiłem na kapelana obozowego, przybyłego do obozu z młodzieżą swego zakładu. Wpływ jego obecności uznawano ogólnie za bardzo dodatni. Myślę, że trzeba dążyć do tego, aby nie brakło kapelana w żadnej grupie. Byłoby to odpowiedzią na zarzuty tych sfer, które tu i ówdzie alarmują społeczeństwo protestami przeciwko rzekomemu podkopywaniu religii i moralności w obozach p. w., a przede wszystkim dawałoby sposobność do życiowego wiązania religijności z aktualnymi zagadnieniami codziennego życia społeczno-moralnego.

8. *Rada Pedagogiczna.* Powszechnym brakiem kierownictwa obozów jest niedostateczny wysiłek w kierunku koordynacji oddziaływań instruktorów wojskowych i cywilnych. Nie słyszałem po prostu ani razu, żeby gdziekolwiek odbywały się zebrania rady pedagogicznej. A przecież regulamin organizacyjny obozów p. w. zebrania takie przewiduje, i każdemu wychowawcy musi się narzucać poczucie potrzeby podzielenia się spostrzeżeniami i refleksjami z całym gronem instruktorskim, potrzeby doskonalenia w zbiorowym porozumieniu sposobów postępowania i prowadzenia wziętych pod opiekę zastępów młodzieży. Słyszałem utyskiwania, że uwagi komunikowane kolegom-instruktorom lub dowódcom pozostawały zazwyczaj bez echa; czy czasem nie dla ich dorywczości i charakteru prywatnego? Należy żądać z całym naciskiem zwoływania rady pedagogicznej perjodycznie, nie rzadziej niż raz w tygodniu. Będzie to otwarciem ważnej drogi konkretnego oddziaływania

wychowawców cywilnych na bieg spraw w obozie; brak takiego oddziaływania był głównym refrenem narzekających panów.

9. *Łączność z władzami szkolnymi* należałoby zapewnić poza najważniejszym udziałem osobistym nauczycielstwa w obozach — przez przysyłanie sobie wzajemnie przez dyrekcje szkolne i dowództwa obozów szczegółowych uwag osobistych o uczniach danej szkoły, biorących udział w obozach p. w. Dotychczas tego nie czyniono, słyszałem też utyskiwania, że przy niestarannym doborze ma się zbyt wiele nie miłych niespodzianek i że z drugiej strony chłopcy często sobie lekceważą opinię, wyrabianą o nich w obozach, gdyż przypuszczają, że nie dojdzie ona do wiadomości szkoły. Trzebaby na to zwrócić uwagę obu wchodzących w rachubę czynników.

III. Młodzież.

1. *Dobór.* Młodzież przychodzi do obozu w szerszej masie tak zaniedbana wychowawczo, pozbawiona hartu, poczucia ładu, tak nadpsuta — żeby nie powiedzieć wprost zepsuta moralnie — że każdy obóz jako tako porządnie prowadzony musi dać jej pewne pozytywne korzyści fizyczne i moralne, a trzeba już fatalnie złego obozu, żeby ją jeszcze więcej popsuł. Korzyści pobytu w obozie łatwo poważnie zwiększyć przy odpowiednim gronie instruktorskiem i należytych metodach. Nie trzeba jednak, żeby temu stawał na przeszkodzie lichej dobór młodzieży. Tymczasem pod tym względem dużo się grzeszy, obniżając wartość obozu przez dopuszczenie materiału notorycznie niepożądanego, wbrew wyraźnym przepisom. Odpowiedzialność spada zarówno na szkołę jak i na oficerów instrukcyjnych; stwierdziłem wielokrotnie, że przy małej ilości uczniów chętnych zakwalifikowanych, dopuszczano się a nawet wprost pociągało niezakwalifikowanych — za młodych, poprawkowiczów, nieznanych w hufcach szkolnych, a czasem notorycznie zdemoralizowanych, których nieraz po gorzkich doświadczeniach trzeba było z obozów wydalac. Poblężliwość w tym względzie winnaby mieć swoje bardzo ściśle granice, a hasło „jakość raczej niż ilość” wejść w swoje prawa.

2. *Podział* młodzieży między poszczególne obozy często bywa najzupełniej przypadkowy i nieracjonalny. Zbyt często

przechodzi się do porządku nad różnicami rozwoju fizycznego, zbyt powszechnie przyjmuje się do obozu wbrew przepisom chłopców nie mających 16 lat i wyraźnie słabo rozwiniętych. Parę razy tylko spotkałem słuszny podział uczestników po pierwszej próbie fizycznej na oddziały słabsze, silniejsze i średnie. Także inne punkty widzenia przy podziale nie są jednako i dostatecznie uwzględniane; spotykałem nawet łączenie w jednym obozie młodzieży szkolnej z pozaszkolną, i to notorycznie zdemoralizowaną, co było oczywiście wprost sprzeczne z żądaniem władz szkolnych. Rzadko gdzie oddzielają nowicjusów od tych, którzy przebyli już rok ćwiczeń w hufcach szkolnych, choć są i takie obozy, gdzie nowicjusów wcale nie przyjmują, co się wydaje bardzo słusznem. Nie widziałem też prawie osobnego zgrupowania tych co są w obozach po raz drugi; programowo, jak sądzę, byłoby to jednak wskazanem. Sprawa mieszania młodzieży z różnych zakładów i środowisk rozmaicie bywa rozwiązywana: gdy jedne obozy zachowują ugrupowanie wedle hufców szkolnych i środowisk, zyskując większe zgranie i czynniejszą emulację oddziałów, inne mieszają młodzież, pragnąc zatrzeć jej skłonności koteryjne, partykularystyczne i porywy jej „solidarności w złem”, na którą mi się nieraz żalono. Sądzę, że należałoby pójść drogą pośrednią — mieszając środowiska, lecz zachowując zespoły hufców szkolnych. Nadzwyczaj korzystne bywa przy tem wymieszanie młodzieży z różnych dzielnic, ułatwiane przez krzyżowanie się granic okręgów wojskowych z granicami dawnych zaborów. W obozach pozaszkolnych wymieszanie członków różnych stowarzyszeń, nieraz do niedawna rywalizujących i sobie niechętnych, daje często bardzo pożądane korzyści w postaci wyrównania różnic, uprzedzeń i niechęci, a wytworzenia wzajemnego szacunku i szlachetnego współzawodnictwa.

3. *Typ uczestnika* obozów szkolnych nie został dotychczas bliżej scharakteryzowany. Brak było ścisłych badań i prób określenia przemiany, jaka się odbywa w młodzieży podczas pobytu w obozach. Dane antropometryczne i próby sprawności fizycznej, skrzętnie naogół notowane i gromadzone, pozwolą zapewne niebawem tę kwestję sformułować w zakresie fizycznym. Trudniejsza sprawa ze stroną psychiczną. Próby zastosowania testów umysłowych i kwestjonariuszy narazie były zbyt nieliczne i nieskoordynowane; powtórzone w tym roku przez niektórych dowódców obozów, wymagać będą wielkiej ostrożności w opracowaniu wyników i opieraniu na nich jakichkolwiek ogólniejszych wniosków.

Należałoby jednak, nawiązując do tych prób, opracować wzór kwestjonariusza i ustalić próbę testową; zastosowanie ich w roku następnym we wszystkich obozach pozwoliłoby na zebranie materiału, na którym możnaby się już oprzeć. Dziś najogólniej tylko powiedzieć chyba wolno, że obozy przyczyniają się do wzmożenia w młodzieży pewnej twardości i hartu, zdolności posłuchu, zmysłu ładu i umiejętności współdziałania w grupie. Stopień tej pożądanej przemiany zależy oczywiście od poziomu obozu, przede wszystkim od przykładu grona instruktorskiego i od sposobu wykonywania programu, o czym zaraz będę mówił. Tu chciałbym jeszcze zauważyć, że tam, gdzie stopień owej pożądanej przemiany zbliża się do zera, automatycznie potęgują się cechy ujemne — przyzwyczajenie do niekarność i nieładu, powierzchowności i błagi. Prócz tego niebezpieczeństwa, dwa inne wydają mi się szczególnie doniosłe: brak pobudzenia inicjatywy i twórczości indywidualnej i pominięcie momentu wdrażania do chętniej pracy o wyraźnym pożytku społecznym. Pewne szczegóły w związku z tem pozwolę sobie poruszyć, gdy będę mówił o metodach.

IV. Program i wykonanie.

1. Składniki programu. Obozy są oczywiście tylko okresami szczególnie intensywnej pracy w ogólnej akcji p. w. i program ich zależy od ogólnego programu tej akcji. Program dziś stosowany uważany być powinien za próbny, krytycznie oceniany i uzupełniany. W ramach ogólnego przygotowania do przyszłej służby wojskowej wyróżnia się tu zdobywanie pewnych sił i cech fizycznych i moralnych, oraz pewnych wiadomości wojskowych. Wprawdzie te ostatnie odgrywają rolę najmniejszą — taki sąd wszędzie słyszałem — i praktycy na podstawie czteroletnich prób stwierdzają, że młodzież pomimo pomyślnie odbytych egzaminów zapomina bardzo szybko konkretne wiadomości wojskowe. Zresztą ich poziom, nawet przy egzaminach, jak sam się mogłem przekonać, urąga jakiegokolwiek poważniejszemu określeniu; pomimo tego wykłady i ćwiczenia wojskowe w programie dominują nad wszystkim.

Przyjmuje się, że pożytecznym będzie dla młodzieży to pierwsze obycie się z różnorodnymi elementami wojskowości,

że interesują one, pociągną do obozów i hufców i do służby wojskowej wogóle, że dadzą sposobność do różnych zajęć obozowych i ćwiczeń, wskazujących zastosowanie wojskowe sprawności zdobywanej w wychowaniu fizycznym i moralnym.

Nie bierze się natomiast pod uwagę niebezpieczeństwa szczepienia dyletantyzmu, powierzchowności, przechodzi się z lekkim sercem nad ostrzeżeniami wyższych wojskowych różnych krajów, wielokrotnie stwierdzających, że wojskowe przygotowanie młodzieży ustępowało wartości racjonalnie postawionego niewojskowego przygotowania. Czas poświęcany tej pseudonauce wojskowej, możnaby w obozach owoconiej zużytkować inaczej, przedewszystkiem szerzej uwzględniając czynniki kształcące i wychowawcze, wprowadzone do wychowania wojskowo-obywatelskiego przez twórcę skautingu Gen. Baden-Powella — ćwiczenia spozstrzegawczości, tropienie, podchodzenie, wywiady i opisy drogi, a także takie zajęcia, które wnoszą w życie obozowe moment pracy pożytecznej, czy to w myśl samozaradności, czy bezinteresownej służby społecznej. Uważać należy za nietrafne wychowawczo dążenie do tego, by młodzież w obozach zastawała wszystko gotowe; słuszniejby było, gdyby sama pracowała nad ich urządzeniem. Słusznie dba się o porządek i o ozdobienie obozów wewnątrz, niesłusznie natomiast zaniedbuje się otoczenie, przedstawiające się czasem horendalnie pod względem czystości. Skrobanie kartofli i czyszczenie broni oraz porządki obozowe należałoby uzupełnić pracami saperskimi, pionierskimi i innymi: naprawa dróg, mostów, rowów, płotów w okolicy, pomoc w robotach żniwnych czy leśnych, praktyka w cegielniach, tartakach czy kuźniach mogłyby znaleźć miejsce w programie obozowym, gdyby się raz zeszło ze stanowiska naczelnosci przedmiotów ściśle wojskowych.

Bez wątpienia, rozszerzałoby to znacznie ramy programu p. w., ale chyba nikt nie będzie twierdził, że uwzględnienie momentów silniejszego rozwoju indywidualnego i pozytywnej pracy, życiowo pożytecznej i zapoznającej z zawodem życiem społeczeństwa, byłoby zbędne czy szkodliwe dla przygotowania przyszłych obywateli-żołnierzy.

Ale nawet bez wprowadzenia nowych elementów, redukcja elementu wojskowego jest wskazana, co przyznają niektórzy dowódcy obozów; natomiast konieczną byłaby poprawność, doskonałość wykonania zredukowanego programu. Dziś bowiem powierzchowność i dyletantyzm nauki wojskowej przerzuca się również na dziedziny wychowania fizycznego i moralnego: rezygnuje się wśród masówki z poprawności ćwiczeń lekkoatletycznych i gimnastycznych, a podobnież i z konkretnego przeprowadzenia wymagań moralnych, nawet tak *par excellence* wojskowych, jak punktualność, ścisłość, karność i odpowiedzialność.

Sądzę, że w stosunku do programu postulatem głównym musi się stać windykacja naczelnosci strony wychowawczej — wzorowości wychowania fizycznego i moralnego. Czysto wojskowa część programu winnaby ulec dalszej redukcji w sensie zmniejszenia różnorodności na rzecz podniesienia osiąganego doskonałości. Wreszcie nastęrcza się co do strony moralnej programu uważa, że zbyt dorywczo i bezplanowo traktuje się sprawę pokarmu ideowego, dostarczanego młodzieży; należałoby, zdaje się, wprowadzić tu nieco więcej ładu: kilka wykładów z zakresu nauki obywatelskiej, wiążących się w pewną całość, podobnież kilka nauk religijnych wygłaszanych przez kapelana podczas mszy obozowych i dających również pewien całokształt może etyki społecznej; wreszcie stałe pogadanki przy ognisku, gdzie obok śpiewów i deklamacyj wypowiedziane aktualne uwagi o charakterze ideowo-życiowym nieraz bardzo głęboko zapadają w młode dusze. O ile ognisko dość często bywa urządzone w obozach, o tyle rzadko spotykałem się ze stałym prowadzeniem takich przy niem aktualnych pogadanek w ściślejszem gronie uczestników jednego obozu.

2. *Rozwojowość programu.* Program dotychczasowy nie liczy się przeważnie z wiekiem uczestników; drugi rok jest zwykle powtórzeniem pierwszego z dodatkiem niewielu tylko trudniejszych ćwiczeń i stawianiem wyższych trochę wymagań; trudno żeby było inaczej, gdy oba kursy pomieszane są w tym samym obozie; lepiej bywa, gdy je rozdzielają; spotkałem się także z próbami wykreślenia na rok trzeci programu specjalizacji techniczno-wojskowej. Sądzę, że sprawa ta domaga się rozpatrzenia na tle szerszem: należałoby wziąć w rachubę, że od ukończenia 16-tu lat do powołania do służby wojskowej

upływa lat 15, że projekt ustawy o wychowaniu fizycznym i p. w. przewiduje pociągnięcie do ćwiczeń także młodzieży akademickiej, że wreszcie rezultaty obozów są mimo wszelkich braków tak zachęcające, iż warto umożliwić korzystanie z nich przez dłuższy szereg lat. Rozkładając program p. w. na szereg lat, należałoby wprowadzić następującą kolejność nacisku na poszczególne działy wyćwiczenia: najpierw na gry i zabawy, potem na lekką atletykę, a w końcu dopiero na ćwiczenia ściśle wojskowe.

3. *Metoda.* Największy wpływ wywiera na młodzież sam fakt zdrowego, twardego i uregulowanego życia zbiorowego w obozie. Fakt ten pozostaje faktem nawet w gorszych obozach, stąd prawie wszystkie możnaby uważać za pozytywne. Ale stopniowanie korzyści zależy od stopniowań w poprawności, doskonałości urzeczywistniania owego zbiorowego życia. Ta zaś skala stopniowań jest ogromnie rozległa, a ich kierunek zależy od mniejszego lub większego nasilenia w stosowaniu jednej lub drugiej z zasadniczych metod — rzetelności i pobłażliwości.

Całe wykonanie takiego czy innego programu obozowego p. w. winnaby cechować bezwzględna rzetelność, t. j. poważne i możliwie staranne traktowanie wszystkiego co się robi. Niestety, właśnie tej staranności i powagi nieraz brak w wysokim stopniu, a źródłem złego bywa tu bodaj najczęściej, obok jakiegoś ogólnego niedbalstwa, przeświadczenie pp. oficerów, że te ćwiczenia wojskowe młodzieży są rodzajem zabawy, że niepodobna tu wymagać prawdziwej dokładności wykonania i istotnej znajomości rzeczy, że więc można tolerować bylejakie, „jakie takie” wykonanie, uznawać cięć wiadomości za dostateczny przy egzaminie i t. d. Z przedmiotów wojskowych przenosi się to, jak już wskazywałem, na inne — zarówno w dziedzinę techniczną, jak i moralną. Rodzi się ogólna metoda pobłażania, przeciwna metodzie rzetelności. I to uważam za główne zło w obozach.

Decydujące znaczenie mieć tu musi gorliwość grona instruktorskiego. Ona to może zrodzić ducha szlachetnego zapału i ambicji doskonalenia się. Ona sprawia, że prawdziwie dobry instruktor — bez względu na to, jaki przedmiot jest jego specjalną dziedziną i jakie godziny obo-

wiązkowemi — cały czas oddaje młodzieży, przestaje z nią w rozmaitych okolicznościach dnia, pomaga jej i kolegom-instruktorom na ćwiczeniach, bawi się i raduje w zabawach, podsuwa dobre pomysły na chwile wolne, śpiewa, deklamuje czy gawędzi przy ognisku, jest zawsze tym dobrym duchem, który pomoże rozstrzygnąć każde wahanie w sposób wyższy, przewyciężając pokusy obniżenia lotu. Widziałem takich, choć bardzo nielicznych. Jakże wobec nich smętnie wyglądają ci daleko liczniejsi, którzy tylko odrabiają godziny obowiązkowe a potem o nic się nie troszczą... Oni to szerzą ducha pobłażania i lekceważenia wszystkiego.

4. *Braki w dziedzinie fizycznej.* Już samo prowadzenie gimnastyki w oddziale złożonym z przeszło 100 nieraz chłopców przez jednego instruktora nie jest rzeczą poważną, a cóż dopiero powiedzieć o wyręczaniu się starszymi chłopcami jako zastępcami w nieobecności oficera-instruktora (czego sam byłem świadkiem, a co widocznie nie należało do wyjątków, skoro nikt się w obozie temu nie dziwił). Podobnie lekka atletyka bywa czasem traktowana lekceważąco i po dyletancku, a chłopcom niemal z reguły pozwala się prowadzić w wolnych godzinach trening bez nadzoru instruktora, tolerując używanie zbyt ciężkich przyborów przez zbyt słabych chłopców. W niektórych obozach widziałem też tolerowanie piłki nożnej jako głównego zajęcia w czasie wolnym, gdy dla chłopców poniżej lat 18-tu powinna ona być wogóle wzbroniona. W zakresie higieny wytknąłbym jeszcze niedostateczne przewietrzanie pościeli i namiotów wogóle, objaw zupełnie powszechny, gdzieśgdzie niewłaściwe spożywanie śniadania zaraz po wstaniu przed gimnastyką, wreszcie tolerowanie w niektórych obozach palenia papierosów w namiotach — i to aż do zupełnego ich zadymienia bezpośrednio przed spoczynkiem, po położeniu się do łóżek; obozy te popełniły błąd, zezwalając na sprzedaż papierosów w kantynie obozowej; pozatem zakaz palenia w obozach bywa przestrzegany względnie ściśle, zwłaszcza tam, gdzie także instruktorzy wstrzymują się od palenia, przebywając z młodzieżą. Przy sposobności z przyjemnością za-

znaczę, że zakaz używania alkoholu w obozach jest przestrzegany bezwzględnie, możnaby się tylko skarżyć na zbyt bliskie czasem sąsiedztwo jakiegoś wyszynku trunków, stanowiącego niebezpieczną pokusę zarówno dla młodzieży, jak i dla instruktorów.

5. *Braki w dziedzinie moralnej.* Omijanie wyraźnych przepisów i lekceważenie własnych zarządzeń rozpoczyna się nieraz przy przyjmowaniu chłopców do obozów: przyjmuje się nie mających 16-tu lat, przyjmuje się złych uczniów, gdy nie starczy chętnych lepszych, przesuwają się niezakwalifikowanych; stwierdziłem raz nawet zaświadczenie przez szkołę całej gromadzie uczniów, że są harcerzami, bo im to miało w obozie dopomóc, choć faktycznie harcerzami nie byli i zachowaniem swoim wnosili zgorszenie między kolegów. Takie fakty muszą z gruntu podkopywać wiarę młodzieży w wartość rozkazów i przepisów, a uczą je lekceważyć i obchodzić. Ten sam skutek ma w obozie nieprzestrzeganie regulaminu i rozkładu dnia, opóźnianie godzin, patrzywanie przez palce na wybryki i przewiny, tolerowanie dających zły przykład instruktorów, sprzeczność między moralizowaniem a pobłażaniem, wreszcie niepoważne traktowanie egzaminów końcowych. Czyż nie jest to utrwalaniem najgorszych naszych wad społecznych?

• Nie chcę twierdzić, by tak było wszędzie i zawsze, ale zbyt często się na takie objawy natykałem, a do niezmiernie rzadkich wyjątków zaliczyć muszę świadome opieranie się i zwalczanie takich nastrojów.

Zdarzyły się też przykłady, że surowość, karność i sumienność bywała przestrzegana w zakresie wojskowym, natomiast wyraźnie lekceważono stronę moralną, — i to zarówno jej szczegółowe wymagania, jak i ogólne pogłębienie. Tak np. bywało z zakazem palenia lub ze zwalczaniem niestety bardzo powszechnych plugawych słów i śpiewek; słyszałem o wypadku, gdy oficer prowadzący oddział przez miasteczko nie reagował na demonstracyjne śpiewanie na całe gardło sprośnej piosenki, którą przygodni słuchacze byli w wysokim stopniu zgorszeni.

Ta słabość reakcji wobec zła doprowadzała czasem do tego, że jednostki, goręcej protestujące wobec dowództwa czy

kolegów, a nic wskórać nie mogące przeciwko zakorzenionej metodzie pobłażania, zniechęcały się wogóle do dalszego udziału w pracach p. w.

Z drugiej strony zbyt często pomijano okazję do pogłębienia świadomości moralnej młodzieży, unikając indywidualnego wysiłku, jakiego wymagałoby wyzyskanie aktualności z dziedziny moralnej jako tematu pogadanki lub choćby przyjacielskiej rozmowy we 4 lub w niewiele par oczu. Jednakże przyznać trzeba, że w lepszych obozach stosowano to, i z bardzo dobrym skutkiem, co właśnie przemawia za upowszechnieniem tego środka wychowawczego. Naturalnie, jest on możliwy tylko tam, gdzie dany instruktor ma pełną, niezachwianą osobistą powagę moralną.

Dobrym środkiem regulującym opinię moralną są sądy koleżeńskie, powszechnie tworzone, szkoda tylko, że działają one jedynie w bardzo ciężkich wypadkach. Należałoby na tyle wysubtelnić poczucie moralne młodzieży, aby także delikatniejsze skazy mogły być dostrzeżone i przez trybunały osadzane.

Wobec tych poważnych braków podnieść muszę, że jednak obecność w obozie paru jednostek wyższego typu, obdarzonych talentem pedagogicznym, nieraz ratowała sytuację, wytwarzając jako pewną przeciwwagę nastrojom ujemnym momenty zupełnie pozytywne, poważne i głębokie, odczuwane też i oceniane jako takie także przez młodzież. A więc, jako doraźny środek zaradczy: dobrać takich jednostek jak najwięcej i ułatwiać im w obozie wpływ jak najskuteczniejszy.

6. *Ocena wyników* postawiona jest niewystarczająco. O powierzchni egzaminów już mówiłem; w lepszych obozach spotkałem się z zastąpieniem egzaminu indywidualną oceną prowadzoną przez każdego instruktora w ciągu całego kursu. Ocenę tę uzupełniają cyfry, uzyskiwane przy próbach sprawności fizycznej początkowej i końcowej. Należy ją nadto uzupełniać szczegółową oceną zachowania się, uzdolnienia i przeważających skłonności — i przysyłać to ogólne zakwalifikowanie do wiadomości szkole. Dokonanie tego zakwalifikowania będzie możliwe oczywiście dopiero, gdy rady pedagogiczne pracować będą systematycznie. Zawody urządzone w obozach tej ocenie ogólnej przeciwstawiają wyczyny maksymalne, na-

gradzane indywidualnie. Sądzę, że należy to zmienić, zastępując oceny i nagrody indywidualne ocenami i nagrodami zbiorowymi, udzielanymi drużynom, hufcom, kompanjom lub obozom. Usunie to momenty jednostronnej osobistej ambicji na rzecz momentów solidarności koleżeńskiej i współdziałania przy emulacji grupowej, społecznie o tyle więcej wartościowej od jednostkowej.

Wreszcie jeżeli chodzi o ujęcie rezultatów i doświadczeń całego obozu lub grupy — w większości wypadków grono instruktorskie rozjeżdża się bez dokonania próby takiej syntetycznej oceny na wspólnej naradzie. Późniejsza narada oficerów instrukcyjnych w D. O. K., jaką zapowiadano w niektórych grupach, już mieć musi inny charakter, skoro brakować tam będzie szeregu współpracowników — przedewszystkiem cywilnych, a czas zatrze już żywe kontury pewnych zdarzeń i kwestyj, wcale dla tej ogólnej oceny niemało ważnych. Trzeba więc żądać, aby rada pedagogiczna na ostatniem swem zebraniu taką ogólną ocenę wyników przeprowadzała, co oczywiście nie przeszkodzi, lecz właśnie dopomoże późniejszemu krytycznemu rzutowi oka z dalszej perspektywy czasu.

Uwagi końcowe.

Z chwilą, gdy obozy p. w. mają się przekształcić z doraźnych prób na stały, powszechnie stosowany środek wychowania młodego pokolenia, nie mogą być dłużej traktowane jako impreza czysto wojskowa i muszą ulec włączeniu do całokształtu działań wychowawczych. Z tego punktu widzenia trzeba też do ich oceny przykładać kryteria ogólnowychowawcze, obywatelskie i zwiększyć udział czynników szkolnowychowawczych w rozwiązywaniu zagadnień programowych i metodycznych, decydujących o przyszłości obozów p. w. Ten udział dotychczas wydaje się wszystkim pracującym w obozach niezwykle nikłym, a od zmiany tego stanu rzeczy zależy musi w wielkiej mierze podniesienie znaczenia strony wychowawczej całej akcji przysposobienia wojskowego młodzieży.

Oceny książek.

Don Rufino Blanco y Sánchez. *Anuario de Bibliografía pedagógica 1920-1922* (Continuación del Año pedagógico hispanoamericano de 1920). Segunda edición. Madrid (El Magisterio Español) 1922. Toż za lata 1922-1923 (con adiciones de 1918-1921), Madrid 1923.

Dwa tomiki, z których pierwszy podług obliczeń autora zawiera na 130 stronach 8^o 3000, a drugi na 111 stronach 2333 pozycyj bibliograficznych, obejmujących druki pedagogiczne angielskie, niemieckie, francuskie, włoskie, hiszpańskie, portugalskie, czeskie, duńskie, austriackie, greckie, a nawet polskie. Jako polskie podaje ten Rocznik Bibliograficzny w I tomie 3 pozycje (Cieszyński, Jaroszyński, Wychowanie fizyczne), w II tomie 3 prace Joteykówny i 1 Sobińskiego. Prac Joteykówny w I i II tomie i pracy Sobińskiego, jako ogłoszonych w języku francuskim, nie liczy autor do polskich, toż pracy Znanieckiego w I tomie ogłoszonej w języku angielskim. Drugi tom nie zawiera już nawet wzmianki o Wychowaniu Fizycznym, choć w pierwszym dodano wyjaśnienie: „Jest to przegląd poświęcony, jak wskazuje jego tytuł, wychowaniu fizycznemu, redagowany pod kierunkiem Dra Piaseckiego, profesora tejże nauki w Uniwersytecie Poznańskim”. Przy braku tego rodzaju wydawnictw bibliograficznych, zbiorki te mogą oddać duże usługi zwłaszcza w zakresie prac pedagogicznych krajów, używających języka hiszpańskiego. Wypadałoby tylko nam postarać się o to, aby praca pedagogiczna polska nie przedstawiała się w okresie pięcioletnim w ilości 3 pozycyj. Autor rozwija na polu bibliograficznym coraz usilniejszą działalność i zdaje sobie sprawę z tego, że przedsięwzięcie jego, choć mające znaczne braki, jest jedyne w swoim rodzaju. Zapowiada też wydanie specjalnej bibliografii wychowania fizycznego, o bardzo poważnych rozmiarach.

Wicekurator J. Stein.

René Ledent et Lucien Wellens. *Précis de Biométrie*. Liège (Vaillant-Carmanne) 1923, str. 285, ilustr.

W niniejszej książce znajdujemy opis niektórych pomiarów antropometrycznych i psychologicznych, jednak bez naukowego wnikięcia w istotę i zależności samych procesów. Brak tu metody i nowego ducha, wiadomości zestawione zdobyte są przygodnie i podane często bez cytowania autorów, stąd wrażenie kompilacji. Tytuł książki jest wreszcie niewłaściwy i może w błąd wprowadzić. Trudno książkę tę polecić nawet dla początkujących na polu pedagogii, chociaż materiał, na którym się opiera, jest dość znaczny. Nie odpowiada ona współczesnym wymaganiom pedagogii i mogłaby o tej nauce dać błędne pojęcie.

Prof. I. Joteyko, Warszawa.

Dr. Eug. Piasecki, prof. Uniw. Pozn. *Dzieje wychowania fizycznego*. Biblioteka wychowania fizycznego i sportu Nr. 1. Lwów—Warszawa—Kraków 1925 (Wyd. Zakł. nar. im. Ossolińskich), str. 250, 76 ilustr.

Przed paru laty zamierzyło kilku członków „Rady wychowania fizycznego”, działającej przy byłym Ministerstwie zdrowia, zaradzić dotkliwemu brakowi polskich podręczników w tym dziale przez wydawnictwo „Biblioteki wychowania fizycznego” opracowanej tak, aby służyła nie tylko dla kierowników wychowania fizycznego, ale także dla lekarzy szkolnych, dla kół pedagogicznych i rodzicielskich i dla samej młodzieży. Jednak o nakładcę było trudno. Dopiero zasłużone wydawnictwo im. Ossolińskich doceniło wagę sprawy i rozpoczęło wydawnictwo „Biblioteki” — jak zaznacza w przedmowie — „na podstawie najgłębszego przeświadczenia o doniosłości tej dziedziny pracy społeczno-wychowawczej dla Narodu i Państwa”. — Po „Dziejach wychowania fizycznego” mają wyjść podręczniki: anatomii, fizjo-

logji, higieny, teorii wychowania fizycznego i „medycyny wewnętrznej sportu“, dalej narciarstwa, łyżwiarstwa, pływactwa, wioślarstwa, szermierki i t. p., słownictwo gimnastyczne, a także „rychło“ (choć to może ani nie najpilniejsze, ani nie najważniejsze) tom, poświęcony zeszlórocznej olimpiadzie paryskiej.

Zgóry można było przewidywać, że tak znakomity znawca przedmiotu, jakim jest prof. P i a s e c k i, napisze rzecz doskonałą. Przewidywanie to nie zawiodło. Lepszej historii wychowania fizycznego nie napisalby w Polsce nikt, a poza Polską nie byłoby łatwo wymienić autora, któryby umiał równie treściwie, a przystępnie ująć rozległy ten przedmiot w ramy podręcznika. Talent pisarski autora pozwala przytem przeczytać książkę dosłownie jednym tchem, z niesłabnącem zainteresowaniem. W rozdziale wstępnym omawia autor genezę i rozwój wychowania fizycznego w świecie zwierzęcym, u człowieka pierwotnego i w wielkich cywilizacjach starożytnego Wschodu, przyczem prostuje wiele mylnych wyobrażeń o stanie wychowania fizycznego w starożytności, np. w Egipcie, Persji, Chinach. W dalszych rozdziałach przedstawione jest wychowanie fizyczne w starożytnej Grecji i Rzymie, historia jego w Europie w wiekach średnich i później do końca w. XVIII, następnie rozwój nowoczesnych systemów i metod wychowania fizycznego w ciągu w. XIX, ogólne reformy wychowawcze w ciągu zeszłego i z początkiem bieżącego stulecia zagranicą, a osobny rozdział poświęcony jest w tym zakresie Polsce. Jednakże we wszystkich tych rozdziałach, a szczególnie w ostatnich, nie ogranicza się autor do roli historyka, lecz zarazem charakteryzuje krytycznie wszystkie kierunki nowoczesne, podaje ich ocenę, opartą na własnych badaniach i doświadczeniach, a wreszcie kreśli program na przyszłość. To powiązanie przeszłości z teraźniejszością i przyszłością, wkraczające nieraz głęboko w zagadnienia aktualne, stanowi jedną z oryginalnych cech podręcznika, podobnie, jak przegląd i ocena współczesnych metod wychowania fizycznego, które pozwalają każdemu, nawet nieprzygotowanemu czytelnikowi, zapoznać się w ogólnym zarysie z dzisiejszym stanem sprawy.

Wobec tego, że hasło wychowania fizycznego wprawdzie bardzo głośno się rozlega, ale rzeczywistych wiadomości o wychowaniu fizycznym jest w społeczeństwie naszym bardzo mało, nawet w kółach najwięcej do tego powołanych, jak wychowawczych i lekarskich, powinno być dzieło prof. P i a s e c k i e g o, jako doskonale wprowadzające w całą tę dziedzinę, mieć wielką pożyteczność. Ułatwia ją wyborny styl i nieposzlakowana polszczyzna (prócz może wyrażenia „radość życia“, żywcem z niemieckiej „Lebensfreude“, niestety niezmiernie już w literaturze rozpanoszonego), oraz mnogość bardzo udatnych rycin (z wyjątkiem może planu parku Jordana i parku Towarzystwa zabaw ruchowych we Lwowie, które w drobnej skali i bez szczegółowych objaśnień nie dają należytego wyobrażenia o rzeczy). Typograficzna szata książki jest wykwintna.

Prof. Dr. Stan. Ciechanowski, Kraków.

Mjr. Dr. Wł. M i s s i u r o. Laboratorium fizjologiczne na usługach wychowania fizycznego i sportu. Warszawa (tom II Wydawn. podr. lek. Of. c. Szk. San., skład Gł. Księg. Wojsk.) 1925, str. 121, ilustr.

Bardzo szczęśliwa była myśl lekarskich sfer wojskowych, by kilka rozpraw autora, drukowanych poprzednio w „Wychowaniu Fizycznym“ (Poznań) i w „Lekarzu Wojskowym“ (Warszawa), po pewnym zaokrągleniu, wydać we formie książkowej dla użytku lekarzy i studentów. Powstała w ten sposób broszura pokaźna, wcale niezła (jak na czasy dzisiejsze) ilustrowana, którą ppłk. Dr. O s m o l s k i opatrzył piękną przedmową.

Mjr. Dr. M i s s i u r o, jako lekarz Centralnej Szkoły Wojskowej Gimnastyki i Sportów i asystent Studium Wychowania Fizycznego w Uniwer-

sytecie Poznańskim, miał sposobność od lat paru zapoznać się nie tylko z całokształtem nowoczesnego wychowania fizycznego, lecz i z najważniejszymi metodami antropometrii i fizjologii w zastosowaniu do potrzeb tego działu wychowania. Co więcej, władze wojskowe wysłały go na studia zagranicę, na dłuższy pobyt w laboratorium Szkoły wojsk. gimn. w Joinville-Pont pod Paryżem, oraz (kilkudniowe tylko, niestety) zwiedzenie takiejże szkoły w Brukseli. Broszura, którą mamy przed sobą, opisuje też kolejno: najpierw, bardzo obszernie, urządzenia, metody i wyniki pracowni w Joinville, poczem, znacznie krócej, załatwia się z Belgją, wreszcie zaś przechodzi do zarejestrowania doświadczeń, poczynionych dotąd w obu bratnich instytucjach poznańskich.

Wybór zwiedzanych zagranicą pracowni naukowych nie zależał od autora — był raczej dyktowany szablonem, utartym w tej mierze wśród czynników decydujących naszej armji. Że szablon ten bliski jest przełamania, świadczy choćby słuszna uwaga ppłk. Osmolskiego w przedmowie, który chętnie widziałby uzupełnienie naszego widokręgu spostrzeżeniami ze Skandynawji i krajów anglosaskich. Dodajmy, że nie jest też celowem pomijanie instytucyj cywilnych. W samym Paryżu zasługiwało na uwzględnienie laboratorium uniwersyteckie (założone przez Langlois'a a obecnie prowadzone przez Chaillley-Bert'a), jak niemniej laboratorium Amara; w Belgji, Instytut wychowania fizycznego Uniwersytetu Gandawskiego; w Niemczech berlińska Akademia ćwiczeń cielesnych. Trzeba jednak przyznać, że Dr. M. te braki starał się uzupełnić szeroką znajomością literatury przedmiotu. W rezultacie, wszystkie ważniejsze metody badań antropometrycznych i fizjologicznych, niezbędne dla naukowej kontroli wychowania fizycznego i sportu, przesuwają się kolejno przed czytelnikiem i dają mu możność nie tylko nabrać zamięłowania do tej tak ważnej gałęzi wiedzy stosowanej, lecz także wniknąć w szczegóły techniczne.

Nie jest to jeszcze wyczerpujący podręcznik laboratoryjny. Na taki nie zdobyto się dotąd nawet na Zachodzie — tem trudniej byłoby stworzyć go w Polsce. Gałąź to nauki młoda, w wielu szczegółach szukająca dopiero swych dróg. W tych warunkach było bezsprzecznie najlepiej postąpić tak, jak uczynił autor, tj. dać przegląd metod i wyników, w jakimi się mógł bliżej zapoznać, bez ustalania przedwczesnego jakiegoś schematu.

Nie wątpimy, że książka d-ra M. znajdzie się w rękę każdego lekarza szkolnego, wojskowego i sportowego (ostatnia kategoria zaledwie kielkuje u nas) i ambitniejszych wychowawców fizycznych, że będzie zaliczona do oficjalnych podręczników na wszystkich poważniejszych kursach i studjach wychowania fizycznego, że wreszcie profesorowie fizjologii, higieny i antropologii naszych uniwersytetów polecą ją medykom i adeptom biologji, jako pożądany pomost między nauką a życiem.

P.

Prof. dr. Gaulhofer i prof. dr. M. Streicher. *Grundzüge des österreichischen Schulturnens*. Wiedeń (Deutscher Verl. f. Jugend u. Volk) 1924, str. 206, ryc. 55.

Od czasu 6-dniowego Zjazdu wychowawców fizycznych w marcu 1921 r., Austrija zaczyna znowa otrząsać się z chaosu przedwojennych poglądów na wychowanie fizyczne. Jest to bezsprzecznie zasługą teoretyka wych. fiz. dr. Spitzego oraz praktyka, nauczyciela gimnastyki w seminarjum męskiem w Baden Dostała. Obaj propałowali już przed wojną system Linga. Obecnie pozyskało wychowanie fizyczne w Austrii wielu poważnych pracowników, do których zaliczyć należy autora i autorkę omawianej pracy.

Książka ta składa się z części ogólnej, w której omówiono ze stanowiska naukowego lecz w sposób przystępny cel i środki wychowania fizycznego, oraz z obszerniejszej części szczegółowej, obejmującej zasób mate-

rjału ćwiczebnego t. j. ćwiczenia gimnastyczne, gry i zabawy, a także niektóre sporty zimowe i letnie.

Jakkolwiek nie we wszystkich szczegółach możnaby się zgodzić z autorami, to jednak musi się przyznać, że praca budzi zaufanie, gdyż jest pogłębiona i oparta na najlepszych źródłach. Braki jej, jak niewystarczający zasób materiału ćwiczebnego, zbyt nieliczne i słabo opracowane osnowy lekcyjne tłumaczą się tem, że jest to pierwsze poważniejsze wydawnictwo oryginalne w Austrii w tym zakresie. Na korzyść powyższej pracy wreszcie należy dodać, że wydana jest pod względem formy zewnętrznej bez zarzutu.

Ppłk. W. Sikorski.

Bess M. Mensendieck. Funktionelles Frauenturnen. Monachium (J. Bruckmann) 1923, str. 324, z 164 ilustr.

Autorka potępia tak system szwedzki, jak również sport i rytmikę, natomiast podaje 30 ćwiczeń własnego pomysłu, obejmujących rzekomo ruchy wzięte z życia codziennego. Ćwiczenia podane w książce nie dowodzą wprawdzie tego twierdzenia, można jednakże przypuścić, że wykonywane starannie mogą poprawić postawę. Traktowane indywidualnie mogą dla poszczególnych osób być użyteczne, nie są zresztą nowością, gdyż jeszcze przed wojną znane były takie i tym podobne ćwiczenia w Anglii i Ameryce. Ćwiczenia te nie nadają się zupełnie dla gromadnego nauczania a zwłaszcza dla młodzieży, naprzód dlatego, że są niezwykle nudne, a także i z tego względu, że autorka wymaga od ćwiczących nader dokładnej znajomości anatomji oraz zastanawiania się w czasie ćwiczenia, który mięsień pracuje, jak i dlaczego.

Dobry i na czasie jest apel do matek, od których żąda autorka, aby starały się poznać lepiej i dokładniej ciało dziecka i jego funkcje, gdyż jak bardzo słusznie twierdzi: „nie dość jest człowieka urodzić, trzeba go uczynić zdolnym fizycznie do życia i jego obowiązków”.

Książka wydana wytwornie, ilustracje bez zarzutu.

M. Germanówna, Lwów.

Dora Menzler. Kultura ciała kobiecego. Trzy tablice z objaśnieniem, tłum. z niem. Warszawa (M. Arct) 1925.

Forma zewnętrzna bez zarzutu, natomiast sama treść budzi w wielu wypadkach poważne wątpliwości. Na treść tę składa się kilkanaście stron druku i 30 zdjęć fotograficznych. Zarówno w opisie jak i ilustracjach wprost roi się od błędów.

Ze względu na ich wielką ilość, poprzestaną na wyliczeniu najważniejszych: 1. identyfikowanie postawy wyjściowej z zasadniczą. Jak wiadomo, postawą wyjściową może być postawa zasadnicza, lecz także może nią być cały szereg innych postaw. 2. Tablica I zawiera opady tułowia wprzód, które mylnie nazwano „skłonami napiętymi”. 3. Tablica II zawiera ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha. Jako takie wymieniono mylnie skłony tułowia wprzód i wdół, które znowu mylnie nazwano skłonami łukowemi. 4. W tablicy III omawia autorka gimnastykę klatki piersiowej i znowu błędy w tekście i ilustracjach. Żąda np. stałe skłonu wtył z wydechem i prostowania się z wdechem, na co niema żadnego uzasadnienia. 5. Wprawdzie autorka twierdzi słusznie w „Słowie wstępnem”, że u większości kobiet daje się zaobserwować zbytnią wklęsłość lędźwiową, lecz jako przeciwdziałanie lordozie mamy w tablicy III ćwiczenia potęgujące to wygięcie w lędźwiach.

Nasuwa się zatem pytanie: w jakim celu i dla kogo spolszczono tę książeczkę? W każdym razie w wyborze popularnych wydawnictw niemieckich, traktujących o wychowaniu fizycznym, musimy być krytyczni, zanim się je przetłumaczy.

Ppłk. W. Sikorski.

M. Germanówna. **Gry i zabawy w szkole powszechnej.** Wyd. 2. Lwów (K. S. Jakubowski) 1925, str. 112, ryc. 34.

Ukazanie się tego dziełka w drugim wydaniu po krótkim okresie trzech lat, świadczy wymownie o jego poczytności. Że na nią zasługuje w pełni, stwierdził już na łamach naszego pisma (roczn. 1922) znawca tej miary, jak ppłk. W. Sikorski. Dziś dodać chyba należy, że nowe wydanie podtrzymuje wysoką wartość książeczki, która powinna rozejść się jaknajszerszej wśród nauczycielstwa szkół powszechnych. P.

Biblioteka gier sportowych. Nakładem żydowskich szkół średnich. Mira Reichman-Jakubowiczowa: Zeszyt I: Piłka latająca. Zeszyt II: Piłka graniczna. Zeszyt III: W dwa ognie.

Piękna forma zewnętrzna i dobry druk: oto prawie wszystko, co można pochwalić w tem wydawnictwie. Natomiast w treści samej pełno błędów. Ograniczę się do wskazania niektórych:

(I. Piłka latająca). 1. W „uwagach wstępnych” podano wymiary boiska $7 - 10 \times 12 - 18$, w „wskazówkach praktycznych” zaś $6 - 7 \times 10 - 12$ m. Dlaczego?

Mówi się wprawdzie w drugim wypadku o młodzieży szkolnej, lecz zarazem zapomina się o tem, że młodzież szkolna klas wyższych może grać z korzyścią na boisku o wymiarach przepisanych.

2. Autorka radzi, wbrew wszelkim zasadom bezpieczeństwa, oznaczać „rogi boiska cegłą lub kamieniem”. Czyżby autorka nie grała lub przynajmniej nie przypatrywała się grze w piłkę latającą?

3. Stojaków do piłki latającej o podstawach chociażby ciężkich nie powinien się używać, gdyż te wobec silnie napiętej walki bez wzmocnienia napiętemi nazewnątrz sznurami będą zawsze groziły przewróceniem się; jest to denerwujące i niebezpieczne.

4. W „Prawidłach gry” jest cały szereg niejasności i nieścisłości, przyczem to, co należy do zasad gry, autorka umieszcza w „uwagach” i naodwrot.

Ograniczę się do jednego przykładu na dowód zarzutu niejasności:
„17. drużyna podająca otrzymuje punkt:

a) za każde właściwe przerzucenie piłki przez siatkę, aby upadła na pole przeciwnika”.

Przerzucenie ponad siatkę (a nie przez siatkę) może być właściwe, a mimo to sam zamiar, aby piłka upadła na pole przeciwnika nie wystarcza.

5. Autorka walczy widocznie z trudnościami językowemi, gdyż mówi: „Piłkę można rzucić z miejsca bądź z rozbiegu, aby tylko nie przekroczyć linii rzutu”. Co to znaczy?

6. W grze „W dwa ognie” na str. 9 mówi autorka: „Jeżeli trafienie powyżej pasa nastąpi z winy rzucającego, sędzia ma prawo rzut unieważnić”. W jaki sposób sędzia ma dochodzić, czy trafienie powyżej pasa nastąpiło z winy rzucającego? Zasada musi być wyraźna i zdecydowana, t. j. powyżej pasa trafiać nie wolno. W wypadku tym sędzia rzut unieważnia i piłka przechodzi do rąk trafionego.

Tak więc wydawcy nie wywiązali się z zapowiedzianego na wstępie przyrzeczenia, że „wydawnictwem o tekście jasnym i łatwym do zrozumienia postarają się wypełnić lukę w naszym piśmiennictwie, która tak dotkliwie daje się odczuć w dziedzinie wychowania fizycznego”, gdyż luka ta jest na szczęście już częściowo wypełniona i w dalszym ciągu się wypełnia wydawnictwami o większej wartości.

Płk. W. Sikorski.

Streszczenia.

Serce sportowca w oświetleniu najnowszych badań.

Dr. R. Ledent. *Le coeur et les sports.* — Revue de l'Education physique (Bruxelles), Mars 1924.

Dr. M. Boigey. *La durée des perturbations cardio-vasculaires produites par l'exercice.* — Revue Médicale d'Education physique et de sport. Nr. 2. 1924.

Dr. Bellin du Coteau. *Les efforts. Leur retentissement cardio-pulmonaire.* — Le coeur sportif. Tamże.

Dr. M. Boigey. *Le coeur pendant l'exercice physique (examen radioscopique).* — La Presse Médicale No. 66. 1921.

Dr. F. Deutsch i Dr. E. Kauf. *Herz und Sport.* Wiedeń (Urban u. Schwarzenberg) 1924.

Kwestja wpływu poszczególnych rodzajów ćwiczeń cielesnych na serce pozostaje jeszcze nadal niedokładnie wyjaśnioną; mimo znaczną ilość doświadczeń i obserwacji dokonanych w tym kierunku, niewiele konkretnych wniosków dotychczas jednak było można wyprowadzić, wobec niedokładności istniejących metod badania, niejednorodnego materiału obserwacyjnego i wynikającej z tego rozbieżności zdań poszczególnych badaczy.

Pierwsze badania zmian w sercu pod wpływem pracy przeprowadzone zostały na podstawie zwykłych metod klinicznych oraz danych anatomicznych.

Külbs, porównywając wagę serca psów trenowanych i pozostawionych w spokoju, stwierdził zwiększenie wagi serca po treningu. Podobne jednak doświadczenia na psach dokonane przez Brunsę wykazały zwiększenie masy mięśniowej kośćca bez zmian w sercu.

L. Dedichen przeprowadzał badanie serca u narciarzy zawodników. Z pośród 361 narciarzy u 50 (13,90%) skonstatował przerost serca bez jakichkolwiek zaburzeń jego normalnej czynności; badania swe L. Dedichen oparł głównie na wynikach metod klinicznych i danych kwestjonarjuszy, wypełnionych przez narciarzy, a wykazujących ich subiektywne objawy w okresie po zawodach; badanie ortodjagraficzne stosowane było w poszczególnych wątpliwych wypadkach.

Dietlen, który pierwszy ustalił prawidłowe wymiary cienia sercowego starał się wyświetlić związek przyczynowy wagi ciała, obwodu klatki piersiowej, wieku i wykonanej pracy z wielkością serca. Przy badaniach żołnierzy stwierdził powiększenie wymiarów serca, które przypisywał wysiłkom służby wojskowej.

Podobne rezultaty wykazują badania Schieffera, który obserwuje zwiększenie serca u żołnierzy po jednorocznej służbie, szczególnie zaś u osobników należących do warstw lekko pracujących. W badaniach swych nad wpływem pracy zawodowej na organizm autor ten ustalił wybitne powiększenie serca u osób ciężko pracujących. Te same zmiany stwierdził również u kolarzy zawodników.

Kaufmann utrzymuje, że zwiększenie serca występuje wskutek zmęczenia. Według tego autora doniosły wpływ na powstawanie tych zmian wywiera specjalna skłonność ku temu serca w związku z przebyta infekcją, nadmiernym obciążeniem serca u młodych osobników oraz wstrząśnieniami psychicznymi. Sprawność i odporność serca o normalnych granicach jest, jak twierdzi Kaufmann, znaczniejsza aniżeli serca powiększonego.

Eksperymentalne badania K. Sechera, przeprowadzone na szczurach, wykazują również powstawanie przerostu serca w rezultacie długotrwałych intensywnych wysiłków autor ten powołuje się prócz tego na dane anatomji

porównawczej, t. j. że najbardziej ruchliwe zwierzęta posiadają stosunkowo największe serca.

Sprzeczne z wynikami poprzednich autorów zajmuje stanowisko Herxheimer, który po badaniach 171 wybitnych sportowców (narciarzy, lekko- i ciężkoatletów, bokserów) konstatuje tylko nieznaczne przekroczenie normalnych granic serca; sądzi on zatem, że przerost ten nie zakłóca normalnej czynności serca.

Moritz i jego uczniowie przy zastosowaniu metody ortodjagraficznej obserwują pewne zmniejszenie serca jako skutek uprawiania ćwiczeń cieleśnych. Podobne zmniejszenie Moritz wykazuje nawet po nieznacznych wysiłkach. Twierdzenie to podtrzymują wyniki badań sportowców (pływaków) dokonanych przez Seliga i Becka, którzy utrzymują, że zdrowe serce na intensywne jednorazowe wysiłki odpowiada zmniejszeniem cienia sercowego.

De la Camp jest zdania, że zdrowe serce nie powiększa się pod wpływem pracy fizycznej; podobne zmiany po ćwiczeniach wykazuje serce patologicznie zmienione.

Doświadczenia M. Boigey'a, przeprowadzone na wychowankach gimnastycznej szkoły w Joinville (Francja), stwierdzają, że zaburzenia w układzie krążenia trwają po zaprzestaniu wysiłku znacznie dłużej, aniżeli naogół przypuszczano. W ten sposób bieg na 100 m., zależnie od wieku oraz stopnia wytrenowania osobnika, powodował przyspieszenie tętna oraz zaburzenia rytmu sercowego trwające od 40 minut do 9 godzin. Badanie radjologiczne serca po tem ćwiczeniu wykazuje zmniejszenie obrazu serca zależne od wzmoczenia napięcia (tonus) mięśnia sercowego.

Po biegu na 400 m. obraz serca okazał się we wszystkich wypadkach zwiększony. Widzimy tu początek znużenia mięśnia sercowego. Bieg na 3000 m. powoduje zaburzenia w krążeniu trwające przeciętnie około 3 godzin przy średnim stopniu wyćwiczenia. U biegaczy mało wytrenowanych te zmiany w sercu trwają od 8—11 godzin i wreszcie u osób niewyćwiczonych w biegu okres ten wzrasta do 17 godzin. Badania radjologiczne serca po biegach tego typu wykazują wybitne powiększenie obrazu sercowego.

Wiosłowanie (w tempie 20 uderzeń na min. w ciągu 30 min.) powoduje mniejsze zaburzenia, gdyż mamy tu przerwy pomiędzy poszczególnymi wysiłkami. U osób od 20 do 30 lat serce wraca do normy po 2—3 godzinach po ukończeniu ćwiczenia.

Zmiany w sercu po grach sportowych ustają zwykle po 40 min. do 3 godzin zależnie od stopnia wytrenowania graczy. Ta krótkotrwałość zaburzeń w układzie krążenia zawdzięcza się ciągłym przerwom istniejącym w czasie gry, co zabezpiecza serce od przeciążenia.

Boks przy przerwach 1-minutowych na początku walki powoduje wzmoczenie napięcia mięśnia sercowego; przy dalszych spotkaniach (4-tem) badanie radjologiczne wykrywa zwiększenie cienia sercowego; przy przerwach 2-minutowych zwiększenie występuje dopiero po 11 spotkaniu.

Szermierka w większości przypadków wpływa na serce hipertonicznie. Co zaś do stosunku pomiędzy zwiększeniem serca a tętnem, Dr. Boigey stwierdza, że u osób silnych o doskonałym stanie zdrowia przy tętnie od 60 do 90 uderzeń na minutę, nie zauważono zmian w granicach serca; od 90 do 140 uderzeń obserwuje się zmniejszenie lub zwiększenie zależnie od rodzaju ćwiczenia, jego trwania oraz stopnia wytrenowania osobnika. Przy tętnie powyżej 150 uderzeń istnieje zwykle powiększenie serca. Każde naogół (jak utrzymuje Boigey) ćwiczenie cieleśne w pierwszej fazie swego trwania wpływa na serce hipertonicznie, tak, że ten organ funkcjonuje z większą energją. Przy przedłużeniu wysiłku, z pewnym stopniem jego intensywności następuje wkrótce druga faza, w czasie której tonus

mięśnia sercowego obniża się, serce ulega zjawiskom znużenia i rozszerza się.

Bellin du Coteau, który w ciągu 20 lat obserwował przedstawicieli różnych gałęzi sportu, utrzymuje, że uprawianie ćwiczeń, w związku ze stawianiem większych wymagań układowi krążenia w czasie wysiłku, powoduje zwykle przerost mięśnia sercowego. Prócz tego fizjologicznego przerostu, istniejącego w czasie spoczynku, Coteau wskazuje na przemijające rozszerzenie serca, jako na zjawisko stale występujące podczas dłuższego intensywnego wysiłku: to przemijające rozszerzenie powiększonego serca jest normą w czasie dokonywania czynności sportowych przy systematycznym treningu.

Oceny sprawności układu krążenia w czasie wykonania wysiłku cielnego oparte są w myśl tego autora na wskazówkach, dostarczanych przez tętno, którego zmiany, mniej albo więcej wybitne, zależne są od charakteru ćwiczenia, a mianowicie:

1) przy wysiłku intensywnym — tętno 140 — 150 uderzeń na min., powrót do normy po 5 min.; przedłużenie tego okresu wskazuje na prze-forsowanie osobnika. Typem intensywnego wysiłku są: bieg szybki (100 m.), skoki, rzuty, boks.

2. Wysiłek intensywny i trwały jak np. bieg na 400 m., wspinanie i inne. — Tętno dochodzi do 200 uderzeń na min. i wyżej; powrót do normy po $\frac{1}{2}$ godzinie, czasem po kilku godzinach.

3. Przy ćwiczeniach trwałych (1500 m., tenis, ćwiczenia gimnastyczne i t. p.) wysiłek jest względny. Tętno pozostaje na wysokości 100 — 120 uderzeń na min.; powrót do normy po 8 min.

4. W ćwiczeniach długotrwałych jak np. bieg maratoński, długie marsze (około 100 klm.) i t. p., liczba tętna jest trudna do określenia (około 200); serce uspokaja się po kilkunastu godzinach i dłużej.

R. Ledent (Belgia) utrzymuje, że przemęczenie serca prócz szeregu przyczyn wymagających szczegółowej analizy zależne jest głównie od zatrucia produktami znużenia. Osoby wytrenowane racjonalnie, według wszystkich zasad higieny, mogą posiadać duże serce przy zachowaniu normalnej reakcji jego na wysiłek.

Wbrew poglądom niektórych badaczy, Ledent nie widzi przewagi przerośniętego serca nad normalnem; ostatnie dzięki własnościom napięcia mięśniowego oraz zdolności należytego reagowania stawia czoło wszystkim możliwym okolicznościom pod względem wymagań pracy. Przerost serca połączony jest często ze stałym rozszerzeniem jego jam, w rezultacie czego niejednokrotnie powstają objawy duszności, znaczne przyspieszenie tętna przy minimalnych wysiłkach, zmniejszenie wydajności pracy serca, przekrwienie poszczególnych narządów, białkomocz, sinica i t. p.

Dla stwierdzenia sprawności serca konieczna jest, prócz zwrócenia uwagi na dane anatomiczne, ocena własności fizjologicznych tego organu, wśród których główne miejsce zajmuje napięcie mięśnia sercowego. Znaczenie napięcia tego mięśnia polega na jego możności przeciwstawienia się rozszerzeniu serca. Jeżeli serce zwiększa swoją wydajność w czasie pracy mięśniowej, kiedy otrzymuje ono większą ilość krwi, to jedynie dzięki napięciu jego mięśnia, pozwalającego na wyrzucenie fali krwi niezbędnej do odżywienia mięśni jak również do wydalenia nadmiaru CO₂ przez płuca.

Normalny tonus mięśnia sercowego pozwala na zupełne opróżnienie serca przy każdym skurczu, nawet gdy wyrzuca ono większą ilość krwi. Chwilowe zmęczenie serca, zależne od czynników natury mechanicznej jak również od samozatrucia, ustaje po odpoczynku.

Przy wyczerpaniu mięśnia sercowego pozostają oznaki osłabienia: przyspieszenie skurczów oraz obniżenie ciśnienia krwi. Przy badaniach serca

u osób uprawiających sport ani przerost serca, ani rozszerzenie jego jam nie mogą, jak utrzymuje R. L e d e n t, stanowić kryterjum sprawności tego organu. Główną rzeczą, na którą powinno się zwrócić uwagę, jest stan napięcia oraz wytrzymałość mięśnia sercowego.

Przemęczenie serca powstaje wskutek obniżenia jego napięcia mięśniowego, co stwierdza się badaniem tętna i ciśnienia krwi według norm ustanowionych przez B e l l i n d u C o t e a u i M a r t i n e t a.

Godnemi szczególnej uwagi wydają się nam obserwacje F. D e u t s c h a i E. K a u f a, opublikowane ostatnio na podstawie licznych badań dokonanych w tzw. „stacji sercowej” (H e r z s t a t i o n) we Wiedniu, przez którą przewinęły się tysiące sportowców celem oceny sprawności ich serca. W czasie pięcioletnich badań mieli oni sposobność obserwowania zmian w sercu nie tylko u osób uprawiających sport dla rozrywki, lecz również i u sportowców zawodników, przeprowadzających trening systematycznie.

W rezultacie swych badań wskazani autorzy utrzymują, że prócz zmian patologicznych w sercu wskutek przebytych chorób infekcyjnych lub też występujących pod wpływem silnych wzruszeń psychicznych, geneza zmian spowodowanych przez sport polega w pewnych przypadkach na usposobieniu konstytucjonalnym, z drugiej zaś strony zależna jest od rodzaju uprawianego sportu.

Duży procent wszystkich sportowców wykazuje mniej lub więcej znaczne powiększenie serca, większa część jednak posiada serce o normalnych wymiarach.

Natura tego zwiększenia nie jest jeszcze zupełnie jasna. Wbrew licznym badaniom niektórych autorów jak K ü l b s, G r o b e r, K. S e c h e r i innych, wykazujących, że powiększenie serca zależy w tych wypadkach od przerostu mięśnia sercowego, D e u t s c h i K a u f przypuszczają, że chodzi tu raczej o rozszerzenie jam sercowych; przypuszczanie to opierają z jednej strony na braku w przypadkach silnego powiększenia serca jednego z głównych symptomów: wzmożenia i rozszerzenia uderzenia koniuszkowego, z drugiej zaś strony na stwierdzeniu ustępowania powiększenia serca po dość krótkich przerwach w uprawianiu ćwiczeń, oraz na tendencji serca do powtórnych zmian po ponownem rozpoczęciu treningu.

Autorzy ci są zdania, że głównym środkiem djaagnostycznym zmian w sercu jest badanie ortodiagraficzne, pozwalające na ścisłe ustalenie granic serca; co do objawów klinicznych, jak wielkości obszaru stłumienia sercowego, zmian w nasileniu tonów serca, szmerów sercowych, wzmożenia drugiego tonu tętnicy płucnej oraz zdwojenia tonów sercowych, to konstataowanie tych poszczególnych symptomów osłuchowych niezawsze może stanowić o istnieniu patologicznych zmian w sercu, spowodowanych sportem.

W ten sposób objawy wysłuchowe mogą służyć tylko do wyłączenia osób ze schorzeniami zastawek sercowych, nie mogą zaś być niezbitym punktem zaczepnym w orzeczeniu istotnej sprawności serca.

Jak stwierdzono, skłonność do powiększenia serca występuje szczególnie u młodych sportowców, co jeszcze nie daje powodu do bezwzględnego zakazu ćwiczeń. Obawy o serce w młodzieńczym wieku są zwykle przesadzane, gdyż przy odpowiedniej kontroli lekarskiej oraz przy uwzględnieniu siły konstytucji osobnika, racjonalny trening może być uprawiany bez szkody dla zdrowia. Początek treningu w wieku dojrzałym powinien być otoczony specjalną kontrolą lekarską.

Zaprzestanie ćwiczeń należy polecić, o ile zmiany w sercu noszą charakter postępujący i nie zmniejszają się przy zastosowaniu dłuższych odpoczynków. Zakaz ćwiczeń cielesnych powinien być jednak stosowany bardzo ogólnie, szczególnie w przypadkach zaburzeń serca o podkładzie nerwowym, gdyż, jak zaobserwowano, ćwiczenia cielesne działają kojąco na wzburzony

układ nerwowy. Małe serce również nie jest powodem do zaprzestania ćwiczeń.

Co zaś do znaczenia powiększania serca pod wpływem uprawiania sportów, Deutch i Kauf wskazują na niebezpieczeństwo dołączenia do znaczniejszego stopnia tych zmian poważnych zaburzeń czynności serca. Po przekroczeniu optymalnych granic objętości serca, włókna mięśnia sercowego, dochodzące do anormalnej długości, znajdują już mniej dogodne warunki mechaniczne dla skurczu, w rezultacie czego serce przestaje odpowiadać wymaganiom pracy (Starling).

Zmiany w sercu sportowca nie mogą być lekceważone wobec tendencji ich do dalszego postępu i możliwości pewnych powikłań, lecz i ograniczenia w uprawianiu sportów powinny być stawiane z wielką oględnością; niebezpieczeństwo sportów pod tym względem może być zmniejszone przez prowadzenie obowiązkowej kontroli lekarskiej, jak to zostało już skutecznione w klubach Austrii pływackich i bokserskich.

Powiększenie serca o:

	0.5-1 cm.	1.1-1.5 cm.	1.6-2 cm.	2.1-2.5 cm.	2.0-3 cm.	3.1-3 cm.	5.3-6.4 cm.	Razem
wioślarstwo	7,1%	16,2%	1,9%	0,7%	0,7%	0,7%		27,3%
narty		2,8%	7,9%	5%		2,5%		18,2%
kolarstwo	7,6%	4,7%	3,2%					15,3%
pływanie	3,3%	5,4%	2,6%	2,4%	0,8%		0,4%	14,9%
zapasy	7,6%				1,7%	1,7%		11%
turystyka	1,6%	6%	1,8%					9,4%
ciężka atletyka	6,1%	3,2%						9,3%
lekka atletyka	2,1%	3,5%	1,2%	1,3%	0,7%			8,8%
szermierka			4,4%					4,4%
boks		1,1%	2%					3,1%
piłka nożna	0,3%		0,6%	1,8%				2,7%

Wioślarstwo, narty, kolarstwo powodują, jak wynika z załączonej tabeli, największy odsetek powiększenia serca. Jakkolwiek Deutch i Kauf zaliczyli pływanie do grupy zapasów, turystyki, ciężkiej i lekkiej atletyki, — sportów powodujących naogół mniejszy odsetek zmian w sercu, jednakże sport ten, jak wykazali Lindhard i Liljestränd, wymaga największej pracy serca, czego rezultatem jest pewien procent znaczniejszego powiększenia tego organu, nie napotykanym przy innych sportach.

Minimalne wreszcie zmiany w sercu powodują, jak utrzymują wskazani autorzy, szermierka, piłka nożna i boks.

Dr. Wł. Missiuro.

A. Jegorow. **Zmiana obrazu krwi podczas pracy mięśniowej u zdrowych.** Inst. Centr. Kultury Fiz., Moskwa. (Zeitschrift. f. klin. Med. Bd. 100 H. 5, 1924.)

Autor uważa zwiększenie się ogólnej liczby białych ciałek krwi jako prawdziwą lenkocytozę. Jej stopień i charakter zależy od pracy i od danych indywidualnych. Praca polegała na biegach od 1000—40000 m. Badanie przeprowadzał na studentach, sportowcach i kursistach szkoły wojennej. Przy biegach poniżej 5000 m. mamy zaraz po biegu i w ciągu 2—3 godz. potem następujący obraz: czerwone ciała uległy nieznacznej zmianie, zawartość hemoglobiny wzrasta szybko a ilość białych ciałek zwiększa się o 15—40%. Liczba ciałek eozynofilnych zmniejsza się stale; co do neutrofilnych, ich liczba absolutna zmniejsza się zaraz po biegu aby po 2 godz. się znacznie zwiększyć. Ilość limfocytów wzrasta absolutnie i relatywnie zaraz po biegu a po 2—3 godz. spada w znacznym stopniu (do 1600 w mm³).

Przy biegach powyżej 5000 m. obraz zmienia się prawidłowo i zmiany występują tem wyraźniej im dystans jest dłuższy lub wysiłek większy (marsz z obciążeniem). Czerwone ciała ulegają zmianie dopiero po najdłuższych biegach a mianowicie w ten sposób, że zaraz po biegu ilość się zmniejsza, by po 2—3 godz. wrócić do normy; ilość hemoglobiny natomiast spada dalej. Zaraz po wysiłku mamy ogólną leukocytozę, która nie zależy od długości biegu lecz od stopnia natężenia. Ciała bazo- i eozynofilne ulegają silnej redukcji; przy długich biegach znikają zupełnie i nie ukazują się nawet po 2—3 godz. Zwiększenie się ciałek neutrofilnych jest absolutnie i relatywnie znaczne a przede wszystkim po 2—3 godz. (do 20 000 w mm^3). Liczba limfocytów spada stale i często nawet poniżej normy (700 w mm^3). U maratończyków (2 doświadczenia) krew nawet po 24 godz. nie wróciła do normy. L. L.

Caesar und Schaal. Przyczynek do zachowania się cukru we krwi i azotu niezucytego przy czynnościach sportowych. (Zeitschr. f. klin. Med. Bd. 98, H. 1/4, 1924.)

Badania na powyższy temat dały różne i często sprzeczne ze sobą wyniki, prawdopodobnie z powodu niejednorodnych warunków doświadczalnych. Oprócz znaczenia naukowego posiadają powyższe badania także wartość praktyczną.

Doświadczenia robiono na biegaczach długodystansowych. Okazało się, że biegi na przełaj wywołują liczne zmiany w naszym ustroju. Podwyższenie temperatury i duszność powoduje wskutek utraty wody zgęszczenie krwi i przez to pozorne zwiększenie się ilości cukru we krwi. Występują także z powodu wysiłku różne podniety w układzie współczulnym. Przy doświadczeniach usunięto wpływy pokarmowe przez odpowiednią dietę. Nie stwierdzono zwiększenia azotu niezucytego, natomiast ilość cukru we krwi zwiększyła się znacznie (ponad 100%). Praca powyższa ma pobudzić do dalszych badań na ten temat. Powinno się jednak przy nich uwzględnić wiek, trening, odżywienie, ciśnienie krwi, porę dnia, warunki atmosferyczne i nastrój psychiczny. L. L.

Walter R. Miles. Alkohol a wydajność pracy ludzkiej. Washington 1924, str. 298.

Przedmiotem badań autora jest zagadnienie oddziaływania małych dawek alkoholu na organizm ludzki, — jej rezultatem zaś jednolity obraz stanowczo szkodliwego ich wpływu. Główne wyniki tej pracy podajemy poniżej.

1. Dawki, wynoszące 27 gr alkoholu rozcieńczonego w 1000 cm^3 wody i syropu winogronowego, wywierają wyraźne skutki zatrucia, szkodliwość 1 l takiego napoju w ramach wykonanego eksperymentu nie jest mniejszą od skutków działania 21—28 gr alkoholu w roztynie 14—22 %.

2. Siła alkoholem spowodowanych symptomów nie idzie równolegle do krzywej koncentracji alkoholu w krwi lub w moczu.

3. Przy kilkakrotnie powtórzonych próbach działanie alkoholu w swych skutkach potęguje się, choć odstęp czasu (kilka dni) wyklucza działanie bezpośrednie dawek poprzednich. Autor przypuszcza, że przy pierwszej próbie zainteresowanie żywsze wywołuje wysiłek woli, tak, że część działania alkoholu nie ujawnia się.

4. Eksperymenty z pisaniem na maszynie wykazały, że napięcie uwagi przy wykonywaniu pracy zawodowej po zażyciu alkoholu maleje, że zmniejszenie dzielności w pracy nawet wtedy występuje, kiedy dane osobniki wytężają swą uwagę do maximum. Pogorszenie co do prostych czynności (szybkość pracy) wynosi mniej więcej 3 %, co do więcej skomplikowanych (ilość źle trafionych liter) 30 %, a w najbardziej psychicznie zawiłych (błędy,

czyniące odpis niezrozumiałym) 50 % (a zatem wbrew zdaniu Dodge'a i Benedicta, jakoby alkohol silniej porażał niższe ośrodki). Im więcej możliwości dostarcza czynność psychiczna rozluźniającaemu wpływowi alkoholu, tem silniej szkodliwość alkoholu dochodzi do znaczenia.

5. Alkohol i praca nie zgadzają się.

(Według oceny prof. E. Sjöwalla w Revue internat. contre l'alcoollisme, Lausanne).

Z towarzystw, instytucyj i zjazdów.

Z posiedzeń lekarzy szkolnych w Wydziale Hig. Szk. i Wych. Fiz. Min. W. R. i O. P.

Posiedzenie z dn. 19 marca 1925. Przewodniczący dr. St. Kopczyński, sekretarz p. Szymońska, osób obecnych 43. Po odczytaniu protokołu i omówieniu spraw bieżących, Dr. Kopczyński wygłasza referat p. t. „Dwudziestopięciolecie higieny szkolnej w Polsce”. Za punkt wyjścia swego odczytu prelegent bierze poruszenie po raz pierwszy u nas publiczne w marcu 1900 r. na posiedzeniu Sekcji wychowawczej Warszaw. Tow. Hig. tematu „Jakiem winno być stanowisko i zadanie lekarza szkolnego”. Wówczas na całym terytorjum Polski było czynnych zaledwie kilku lekarzy szkolnych. Dziś pracuje w tym dziale przeszło 800. Mówca rozpatruje kolejno wszystkie działy higieny szkolnej i rozwój ich w poszczególnych zaborach. Najpierw omawia rozwój budownictwa szkolnego (dobre budynki szkolne na terenie b. zaboru pruskiego, stare i niedostateczne budynki na terenie b. zaboru austriackiego i wielki brak budynków szkolnych na terenie b. zaboru rosyjskiego), wznoszenie na tym terenie dość dużej liczby budynków w ostatnich latach (około 200) z uwzględnieniem wymagań higieny, techniki i pedagogiki. Mówca wymienia wzniesione w ostatnich czasach wzorowe budynki szkolne.

Dalej mówca rozpatruje rozwój opieki hig. lekarskiej nad szkołami najpierw średnimi prywatnymi na terenie b. zaboru rosyjskiego, następnie w szkołach powszechnych miejskich (Lwów 1898, Kraków 1907, Warszawa 1915), dalej szybki rozwój tej opieki w niepodległej Polsce. Obecnie 63% szkół średnich i 74% seminarjów nauczycielskich, a więc około 200 000 młodzieży korzysta ze stałej opieki lek. i około 1 miliona młodzieży w szkołach powszechnych korzysta z opieki hig.-lekarskiej.

Mówca opisuje rozwój organizacji opieki hig.-lek. w szkołach powszechnych miejskich i wiejskich dzięki akcji wydziałów sejmikowych. Na załączonych tablicach i rysunkach mówca ilustruje stan tej sprawy w poszczególnych województwach. Dalej mówca przedstawia rozwój sprawy wychowania fizycznego w szkołach polskich, szybki rozwój liczby wykwalifikowanych nauczycieli ćwiczeń cielesnych, zwłaszcza w szkołach średnich i w seminarjach nauczycielskich. Obecnie około 70% tych nauczycieli posiada kwalifikacje do prowadzenia ćwiczeń cielesnych. Mówca porusza silny rozwój zamięłowania do sportów wśród młodzieży, zwł. po wojnie, rolę szkoły w tym ruchu, poparcie wyższych władz oświatowych. Dalej mówca porusza rozwój i stan współczesny innych działów higieny szkolnej, jak szkoły dla dzieci słabowitych, niedorozwiniętych, sprawa poradni lekarskich szkolnych (dentystycznych, internistycznych, ocznych i t. p). Mówca podkreśla, że kiedy jeszcze w r. 1918 ani jedna szkoła w Polsce nie posiadała

gabinetu dentystycznego, dziś np. na terenie b. Kongresówki 69% gimnazjów państwowych, 63% państw. seminarjów nauczycielskich w całej Polsce, 12 prywatnych szkół średnich w Warszawie, posiada gabinety dentystyczne. Szkoły powszechne w Warszawie, Krakowie, Wilnie, Łodzi, Kutnie, Radomiu mają pomoc dentystyczną. Dalej mówca porusza rozwój idei kolonij letnich szkolnych, dożywiania, kąpielisk, propagandy higieny przez szkołę.

W końcu mówca podkreśla, że coraz większe zrozumienie doniosłości tych spraw przez władze oświatowe, przez nauczycielstwo i przez rodzinę pozwala stawiać pomysły horoskopy co do rozwoju tych spraw w przyszłości.

Dr. Z a w a d z k i podnosi zasługi Dr. Kopczyńskiego przy rozszerzeniu idei i ugruntowaniu pracy na polu higieny szkolnej.

Posiedzenie zamknięto 10 g. 15 wieczorem.

Ze Sekcyj Wychowania Fizycznego T. N. S. W.

Sekcja Wychowania Fizycznego T. N. S. W. w Warszawie.

Dnia 15/9 odbyło się pierwsze powakacyjne zebranie członków Sekcji Wychowania Fizycznego przy Tow. Naucz. Szkół Średnich przy udziale 44 członków.

Po krótkim sprawozdaniu ze Zjazdu lekarzy i przyrodników, który się odbył w lipcu b. r., przewodniczący kol. A. S t a r z y ŋ s k i zawiadomił zebranych, że przy sekcji założona została specjalna biblioteka złożona z najnowszych dzieł traktujących o wychowaniu fizycznym u nas i zagranicą.

Kol. S i e c i ŋ s k i odczytał projekt zawodów lekkoatletycznych dla młodzieży szkół średnich i seminarjów nauczycielskich, które mają się odbyć w pierwszych dniach października. Młodzież powyżej lat 16-tu będzie mogła zgłosić się do trójboju (bieg na 100 mtr., jeden rzut kulą i jeden skok). Każda szkoła może zgłosić najwyżej 10 zawodników. Obliczenia punktów na podstawie tabeli F. I. A. A. Szkoła która zdobędzie największą ilość punktów otrzyma nagrodę przechodnią ufundowaną przez Sekcję Wych. Fizycznego. Oprócz tego będzie ustanowiona nagroda przechodnia za bieg rozstawny 4×100 m.

Młodzież poniżej lat 16 może stawać do zawodów jednostkowych (bieg 60 m., skoki i rzuty małymi przyborami). Nagrody — żetony i dyplomy.

Zebrani wybrali komisję z kol. S i e c i ŋ s k i e g o, O l ę d z k i e g o i F r a n k i e w i c z a, którym powierzono urządzenie zawodów i ułożenie statutu dla nagród przechodnich.

Następnie kol. O l s z e w s k a w obszernym referacie złożyła sprawozdanie z wakacyjnego kursu dla nauczycieli ćwiczeń cielesnych w Poznaniu.

Ciągłe badania kierowników tego kursu prof. P i a s e c k i e g o i ppłk. S i k o r s k i e g o nad nowymi metodami ćwiczeń cielesnych zagranicą skłoniły ich do wprowadzenia pewnych zmian do toku lekcyjnego na kursie.

Referentka odczytała układ lekcji gimnastyki na kursie. Wprowadzono do niego ćwiczenia gibkości i ćwiczenia odsztynniające według B u k h a; ćwiczenia tułowia podzielone są wzorem L i n d h a r d a według płaszczyzn: strzałkowej, czołowej, poprzecznej lub nieokreślonej z uwzględnieniem dwóch rodzajów pracy mięśniowej: statycznej i dynamicznej. Do wzorca wprowadzono ćwiczenia w reagowaniu na znaki. W czasie referatu przybył na zebranie ppłk. W. S i k o r s k i i uzupełnił referat niektórymi elementami toku lekcyjnego.

Po skończonym referacie zebrani uchwalili dwa wnioski 1) zwrócić się do Ministerstwa W. R. i O. P. z prośbą o powierzenie ppłk. S i k o r s k i e m u przeprowadzenie krótkiego kursu dla nauczycieli gimnastyki w Warszawie.

2) Zwrócić się do Ministerstwa W. R. i O. P. z prośbą o organizowanie co 2 lata obozu wakacyjnego dla nauczycieli celem ujednostajnienia programu i wprowadzenia nowych zdobyczy w wychowaniu fizycznym.

Postanowiono zorganizować komplet gimnastyczny dla nauczycielstwa w Warszawie Kierownictwo powierzono kol. Kuśmidrowiczowi.

Następne zebranie d. 29 września z referatem kap. M. Kurletto na temat: „Wychowanie fizyczne w Danji”.

Sekcja Wych. Fiz. Poznańskiego Okręgu T. N. S. W.

Zebranie plenarne z dnia 23/VI 1925. Przewodniczący prof. Piasecki, sekretarz p. Woźniński, obecnych osób 25. Po przeczytaniu protokołu, p. dr. Szuman przedstawił sprawozdanie kasowe z zawodów międzyszkolnych odbytych w r. 1925 w Poznaniu, przeznaczając za zgodą Zebrania dochód 556 zł 81 gr na kolonie harcerskie i towarzystwo „Stella”. Prof. Piasecki przedstawia zebranym program działalności sekcji w przyszłości; ma on obejmować 1) pracę organizacyjną, 2) wychowawczą, 3) naukową. Praca organizacyjna dążyć ma nietylko do rozwoju naszej sekcji przez pozyskanie wszystkich wychowawców fizycznych i lekarzy szkolnych, lecz do nawiązania stosunków z sekcjami innych środowisk celem zjednoczenia ich w sekcję, działającą na całym obszarze Polski.

Praca wychowawcza obejmować powinna młodzież nietylko w szkole lecz i poza szkołą. Przeprowadzać dyskusje celem uzgodnienia reguł gier, unormować emulację międzyklasową, zająć się zrzeczeniami sportowymi młodzieży szkolnej, zachęcać ją do ćwiczeń gimnastycznych i gier.

Sekcja zakreslić sobie powinna też pewien zagon pracy naukowej. W znacznej mierze ułatwi ją Studium wych. fiz. przez swoje posiedzenia seminaryjne (dostępne dla członków sekcji jako gości) i bibliotekę. Ożywiona dyskusja wykazała zgodę obecnych na tak zakreszony program. Następnie przeprowadzono dyskusję nad zawodami międzyszkolnymi w Poznaniu w r. bieżącym oświetlając dobre i złe strony, wyciągając wnioski na przyszłość, zarówno co do samej organizacji jak i przeprowadzenia zawodów.

Wkońcu prof. Piasecki przedstawił zebranym program pracy Studium Wych. fizycz. Popołudniu o 3^{1/2} odbył się w sali Studium pokaz tańców narodowych. Uczennice szkoły wydziałowej im. Berwińskiego w barwnych strojach odtańczyły krakowiaka i mazura. Są to wyniki ofiarnej pracy baletm. Státkiewiczza na terenie Studium wych. fiz., okazane przez nauczycielki tej szkoły, pp. Pilewską i Weberównę. Zebrani udali się potem na Stadjon Centr. Szkoły Gimn. i Sp., celem przyjrzenia się pokazowi gimnastycznemu kursu podoficerskiego, przyczem ppłk. Sikorski dawał dokładne objaśnienia o do kolejności i celu ćwiczeń. Po lekcji przeprowadzono pod przewodnictwem ppłk. Sikorskiego krytyczne omówienie.

Zebranie zakończyło się o godz 6-tej.

Olimpijski Kongres Pedagogiczny w Pradze, 31 maja — 5 czerwca 1925.

(Dokończenie.)

Jak się już rzekło, Olimpijski Kongres Pedagogiczny zwołano obecnie po raz pierwszy, obok zwykłego, „technicznego” zjazdu reprezentantów Komitetów Olimpijskich i Związków Sportowych różnych państw. Z góry już można było przypuszczać, że jedną z większych trudności, jaką będzie miała do zwalczania nowa instytucja, okaże się należyte określenie wzajemnego stosunku między starym kongresem, a jego nowym towarzyszem i współ-

pracownikiem. Te obawy tym razem sprawdziły się, choć, na szczęście, w stopniu, który każe przypuszczać, że przy najbliższej bodaj okazji rzecz da się uregulować ku obopólnemu zadowoleniu. Stary kongres, wyposażony w urok tradycji, a nadto liczby — zgromadził bowiem około 120 członków wobec 40 uczestników Kongresu Pedagogicznego — musiał, choć niesłusznie, nieco przez ramię patrzeć na swego młodszego brata. Dodajmy do tego wspomniane już wady w organizacji nowego zjazdu, dodajmy, że Kongres Techniczny, wśród swych sekcji, posiadał też sekcję wychowania sportowego, a mamy gotowe podłoże do sporów kompetencyjnych, które też nie dały na siebie czekać. Z trudem zaledwie znaleziono formułę dla współpracy owej starej sekcji i nowego kongresu nad zagadnieniem, którego żadna strona nie się chciała wyrzec ze swego programu: nad rozwojem rzetelnej gry (fair play) i ducha rycerskiego. Rzecz jasna, że w przyszłości uda się unikać sporów i kwasów, a zarazem uzyskać lepszy podział pracy, tylko przez zniesienie sekcji pedagogicznej Kongresu Technicznego i pozostawienie jej zakresu działania całkowicie Kongresowi Pedagogicznemu.

Pozatem, zainteresowanie większe wśród członków nowego kongresu budziła jedna tylko kwestja z programu obrad technicznych: sprawa amatorstwa. Określenie pojęcia amatora zawsze należało do najważniejszych, a prztem bynajmniej niełatwych zadań organizatorów sportu. Dość powiedzieć, że szlachetna inicjatywa Piotra de Coubertin, która nam dała nowoczesne Igrzyska Olimpijskie, miała za cel, między innymi, wzmocnienie prawdziwego, szczerze amatorskiego sportu. A z drugiej strony, na podstawie wyników dotychczasowych, obwina się też same Olimpijady, i nie bez racji, o (mimowolne oczywiście) wspomaganie maskowanego profesjonalizmu. Jednym (bynajmniej nie jedynym) ze środków, zmierzających do ograniczenia tych skutków tak diametralnie sprzecznych z zamiarami inicjatorów, jest jak najostrzejsze określenie definicji amatora. Trzeba przyznać Kongresowi Technicznemu, że zabrał się do tego zagadnienia tak poważnie i energicznie, jak na to zasługiwało. Rezultatem długiej i gorącej dyskusji są uchwały, żądające wykluczenia od udziału w Igrzyskach Olimpijskich wszystkich zawodników, którzy byli kiedykolwiek profesjonalami w którejkolwiek gałęzi sportu, lub którzy przy zawodach otrzymywali uszkodowanie za stracony zarobek.

Z obydwoma kongresami połączono cały szereg spotkań i pokazów sportowych, które zaczęły się zawodami w piłkę nożną Polska — Czechosłowacja, jak wiadomo już, zakończonemi porażką niewielką, przynoszącą zaszczyt o wiele młodszemu sportowi polskiemu. Dalej szły: poświęcenie wspaniałej centralnej siedziby Czeskiego Związku Sokolego, pod nazwą „Dom Tyrsza” (na cześć twórcy czeskiego i słowiańskiego sokolstwa, dr. Mirosława Tyrsza), zawody niewiast czeskich w grach, zawody austriackich i czeskich profesjonalistów footballowych, zawody lekkoatletyczne Włochy — Czechosłowacja, propagandowy obóz skautów („junaków”) czeskich, zawody międzynarodowe kanoistów i kajakowców, wyciągi ósemek wycigowych o nagrodę miasta Pragi, międzynarodowe zawody pływackie, zawody w piłkę wodną, pokaz gimnastyki sokolej, nie brakło nawet pokazu wojskowego. Ilość imponująca, a trzeba przyznać, że z nią łączyła się i jakość wysokiej klasy. Sportowiec, przybyły na kongres, nie mógł narzekać, by go karmiono wyłącznie teorią i zagagnieniami organizacyjnymi, gdyż widział wiele rzeczy istotnie pouczających.

Część towarzyska rozwinęła się raczej zbyt bujnie — w każdym razie spełniła aż nadto dobrze swe zadanie zbliżenia uczestników różnych krajów i narodów, a pozatem, usposobiła ich jak najprzychylniej do skrzętnych i uprzejmym gospodarzy. Nie będę tu wyliczał wszystkich owych recepcyj, bankietów, garden parties, wycieczek. Były one niezmiernie miłe, niektóre

zaś (zwłaszcza podróż parowcem po Wełtawie) wprost urocze. Zadanie komitetu miejscowego było o tyle wdzięczniejsze i łatwiejsze, iż Praga stanowi wymarzone tło dla zjazdów tego rodzaju. Przepięknie położona, umiała te warunki naturalne po mistrzowsku wyzyskać, dodając do nich w każdym stuleciu wybitne pomniki architektury i rzeźby. Nas, przyjaciół kultury fizycznej, interesuje jednak najbardziej znakomite wykorzystanie środkiem miasta przepływającej i pięknie ujętej Wełtawy dla zdrowia i tężyzny duchowej mieszkańców. Na obu brzegach i na licznych a uroczych wyspach mnóstwo pływalni i przystani, toteż fale rzeki roją się od pływaków, wiosłarzy i żeglarzy, a plaże od zwolenników kąpeli powietrznej.

Za tym imponującym rozwojem sportów wodnych nie pozostają w tyle sale ćwiczebne i boiska. Sokolstwo czechosłowackie przewyższa nas stale nie tylko stosunkiem swej liczby do ilości mieszkańców kraju, lecz nawet liczbą absolutną (300.000 członków z górą). Tak Sokolstwo, jak i zrzeszenia sportowe, nie ustają we wznoszeniu coraz liczniejszych i wspanialszych budynków i boisk. Praga jest jedynym miastem w Europie, gdzie zorganizowano ćwiczenia cielesne młodzieży uniwersyteckiej i innych szkół wyższych naprawdę masowo, tak, że organizacja ta zbliża się wyraźnie do amerykańskiego typu obowiązkowych ćwiczeń dla studentów.

Nawet w harcerstwie, gdzie słusnie jesteśmy dumni z trzeciego na kuli ziemskiej miejsca pod względem absolutnej ilości zorganizowanej młodzieży — czescy „junacy” już nas wyprzedzili na punkcie stosunku tej liczby do całości narodu. Wszystko to tylko potwierdza zasłużoną oddawna opinię Czetchów jako narodu wytrwałego, energicznego, organizatora par excellence. Tej właśnie umiejętności organizowania uczyliśmy się już nieraz i uczyć będziemy musieli od tych naszych pobratymców i dlatego Kongres praski powinien nam przynieść pobudkę do gorliwszej i wytrwałszej pracy.

Tem bardziej więc cieszyć się wypada, że udział Polaków wypadł tym razem zadowalająco tak pod względem ilości, jak doboru. Oba Kongresy, wraz z poprzedzającymi je konferencjami, zajęły pokaźny szmat czasu, blisko dwutygodniowy. W okresie tak długim, oczywiście, niepodobna było wszystkim uczestnikom przez cały czas pozostać. Przeważnie jednak, z pewną zmianą osób tylko, brało udział około dziesięciu (a nieraz więcej) delegatów polskich, reprezentujących Warszawę, Lwów, Kraków i Poznań. Już ta okoliczność dozwalała nam obsadzić oba Kongresy równie licznie, jak to uczyniły najwikszce narody.

W Kongresie Pedagogicznym weszliśmy do prezydium, gdyż podpisanego powołano na sekretarza. Nadto, jak już wspomnieliśmy wyżej, wybrano go przewodniczącym jednej z Komisyj. Rzecz jasna, że działał tu, jako motyw, fakt szczęśliwej inicjatywy Uniwersytetu Poznańskiego pod względem utworzenia trzeciej w Europie katedry teorii wychowania fizycznego. Należał się ten zaszczyt raczej Gandawie lub Kopenhadze, lecz — les absents ont tort: państwa skandynawskie i tak pojętna ich uczenica, Belgja, słabo obeślały Kongres, widać zrażone niedostatecznym jego przygotowaniem. Ale nie dość na tem, że reprezentant Polski przedstawiał praktyczne już wnioski co do katedry wychowania fizycznego w szkołach akademickich. Także kwestję autonomii sportu akademickiego referowali Polacy pp. Michlewski i Skrzywan, gdyż, jak wiadomo, Polska obecnie jest siedzibą naczelných władz Międzynarodowej Konfederacji Studenckiej. W Komisji lekarskiej i w plenum przemawiał kilkakrotnie z powodzeniem dr. Dybowski ze Lwowa, przedstawiając m. i. świeżo wprowadzone tam zasady kontroli lekarskiej nad sportem.

Że i w Kongresie Technicznym nie byliśmy *quantité négligeable*, gwarancją dostateczną choćby takie nazwiska jak dr. Orłowicz i ppłk. dr.

Osmólskiego. Umiano też zrobić coś dla propagandy. Redakcja „Stadjonu” powzięła bardzo szczęśliwą myśl wydania specjalnego numeru, z tekstem francusko-polskim, na cześć Kongresu. Numer ten, kolportowany bardzo skrzętnie, znalazł się w ręku każdego chyba uczestnika i dał mnóstwo cennych informacji o naszej pracy w dziedzinie kultury fizycznej. Doskonały portret Piotra de Coubertin i jego autograf, na samym wstępie umieszczone, usposabiały czytelnika życzliwie i zachęcały do poznania całości.

Możemy tedy wracać zadowoleni, bo udało się nam nietylko nawiązać wiele sympatycznych nici z przedstawicielami dwudziestu z górą państw i narodów kuli ziemskiej, zobaczyć i usłyszeć sporo rzeczy pouczających, lecz uczynić też niejedno dla propagandy, która jest dotąd tak słabą stroną Polski. Wśród korzyści z tego zjazdu niemałą rolę odgrywa wreszcie zbliżenie do gospodarzy-pobratymców. Trzeba przyznać, że Czesi uczynili wszystko, aby nam to zbliżenie ułatwić. Mieliśmy dość sympatji wśród reprezentantów różnych narodów, lecz gospodarze nie dali się nigdy wyprzedzić, gdy chodziło o oddanie Polsce należnego jej miejsca. Dotyczy to tak przewodniczącego kongresu, prof. uniwersyteckiego Weignera, jak i starych naszych przyjaciół — działaczy na polu wychowania fizycznego i sportu w Czechach, którym tyle zawdzięczaliśmy i zawdzięczamy. Nie milczała i prasa codzienna, przypominając skromne zasługi niektórych z nas z przed lat dwudziestu. Nie trzeba dodawać, że spotkaliśmy się z miłym przyjęciem ze strony tutejszej Legacji polskiej. Herbatka w poselstwie, miła pogawędka z ministrem Łasockim, attaché płk. Durskim i innymi, pozostanie na zawsze w pamięci, wraz z uznaniem dla pracy usilnej i owocnej na tak ważnym posterunku.

Eugenjusz Piasecki.

Pomoc dla akademików.

Zjazd delegatów komitetów wojewódzkich i zebranie Rady Naczelnej pomocy młodzieży akademickiej.

W dniu 17 maja odbyło się ogólne zebranie Rady Naczelnej do spraw pomocy młodzieży akademickiej przy udziale delegatów niemal wszystkich Komitetów Wojewódzkich. Obradom przewodniczył prof. Wiktor Hamerski ze Lwowa.

Obszerne sprawozdanie z działalności Rady w roku ubiegłym złożył prezes p. wojewoda Sołtan. Sprawozdanie podkreśla pomyślne wyniki usiłowań prezydium w kierunku spopularyzowania celów instytucji, oraz podniesienia autorytetu Rady Naczelnej wewnątrz organizacji. Pomyślnie ułożyły się również stosunki z Senatami akademickimi, z którymi dokonano rozgraniczenia sfery działalności.

W akcji pomocy młodzieży akademickiej Rada bezpośrednio zajmuje się opieką nad zdrowiem fizycznym tej młodzieży. W okresie sprawozdawczym przejęty został od Zw. Bratn. Pomocy Dom Zdrowia w Zakopanem, w którym staraniem Rady zostały usunięte wszelkie dotychczasowe braki, oraz spłacone ciężące na zakładzie długi.

Zaopiekowano się również Kolonją akadem. w Gdyni, dla której udało się nabyć grunt po bardzo niskiej cenie. Obecnie głównym zadaniem Rady będzie budowa domów dla kolonji.

Zaznaczyć jeszcze należy ze sprawozdania nawiązanie przez Radę kontaktu z ośrodkami kolonij polskich zagranicą, oraz zapowiedź ukazania się niebawem pierwszego numeru wspólnego organu prasowego Rady i Związku Bratnich Pomocy.

Po wysłuchaniu sprawozdania, na wniosek złożony w imieniu wojewody krakowskiego, zebrani wyrazili przez aklamację najwyższe uznanie i podzię-

kowanie p. wojewodzie Sołtanowi za jego niezmordowaną pracę na stanowisku prezesa Rady, które zajmuje już od lat trzech.

Z kolei wysłuchała Rada informacji o działalności Komitetów Wojewódzkich, którą przedstawili poszczególni delegaci. Reprezentowane były komitety: warszawski, krakowski, lwowski, wileński, poznański, gdański, łódzki, kielecki, poleski i niedawno powstały komitet tarnopolski.

Szereg wniosków prezydjum Rady, uchwalonych na wczorajszym zebraniu, dotyczy pobudzenia Komitetów wojewódzkich do żywszej działalności, do współdziałania z własnym organem prasowym, do propagowania opodatkowania się członków na rzecz Rady, do zaopiekowania się miejscowymi akademickimi związkami sportowymi i t. p.

„Tydzień Akademika” w roku bieżącym postanowiono urządzić w październiku.

W sprawie kolonji nadmorskiej uchwalono sprzedać posiadany obecnie teren w Gdyni i zakupić odpowiednie grunty nad otwartym morzem w Tupadłach, gdzie postanowiono rozpocząć jeszcze w tym sezonie budowę domów,

Wreszcie dokonano zmiany statutu Rady, powiększając liczbę osób kooptowanych do 12-tu.

Na zakończenie zebrania wybrano osoby kooptowane, oraz prezydjum Rady.

Prezydjum, wraz z dwoma zastępcami stanowią pp.: woj. Sołtan, woj. Moskalewski, prof. Wrzosek, Wieniawski, Sosnowski, Hübner, min Simon, dr. Zawadzki i przedstawiciel Zw. Bratn. Pom. Danielewicz.

Koopotowani zostali pp.: Rostworowski, Simon, S. Śliwiński, posł. Sokolnicka, pos. Sołtyk, Wieniawski, Hübner, Wańkowicz, Fudakowski, Słomiński.

Komisję rewizyjną pozostawiono w dotychczasowym składzie.

(Gaz. Por.)

Z ruchu ćwiczebnego.

Święto sportowe młodzieży szkolnej, lato 1925 r.¹⁾ Okręg Krakowski.

Zawody drużyn szkolnych Okręgu Szkolnego Krakowskiego odbyły się w d. 25-27 czerwca b. r. w Krakowie, na boiskach K. S. „Cracovia”. Zawody te odbywają się w krakowskim okręgu już trzeci rok z rzędu a corocznie ulegają rozszerzeniu i ulepszeniu, gromadząc coraz liczniejsze rzesze młodzieży męskiej i żeńskiej. Jak wielki ruch w dziale gier i ćwiczeń sportowych obudził się wśród młodzieży, dowodem olbrzymia liczba zawodników. Do zawodów bowiem stanęło 95 drużyn (każda po 8-10 osób) w czym 68 męskich a 27 żeńskich — czyli ogółem około 900 zawodników! Byłaby ta liczba jeszcze większa, gdyby niektórych drużyn nie odpowiadających przepisom regulaminu od zawodów nie usunęto.

Zawody te nie tylko zgromadziły niebywałą liczbę zawodników, ale nadto ich przebieg wykazał tak wielkie wyrobienie w pewnych grach i taką sprawność, jaką się rzadko spotyka. Jest to następstwem tego, iż z począt-

¹⁾ Sprawozdania ze Święta sportowego umieszczamy w miarę otrzymywania ich z Kuratorów O. S., którym na tem miejscu wyrażamy serdeczną podziękę. W numerze 2 podaliśmy opis zawodów poznańskich. W przyszłym numerze, wraz z resztą sprawozdań, zabierze głos kpt. Baran dla krytycznego omówienia całości. (Red.)

kiem roku szkolnego podano program zawodów i dodano drukowane przepisy do każdego punktu programu i broszurki te rozrzucono po całym okręgu, a dalej że program ulega z roku na rok tylko drobnym zmianom, co pozwala na doskonałe opanowanie techniki danej gry.

Zawody trwały 3 dni a połączono je z uroczystością ku uczczeniu 900-tnej rocznicy koronacji Bolesława Chrobrego. Defilada 900 zawodników w sportowych strojach wypadła wspaniale i stała się publiczną propagandą wychowania fizycznego. Uroczystość zakończyły przemówienie Kuratora i wręczenie nagród zwycięskim drużynom.

Program zawodów *drużyn męskich* stanowiły:

1. Pięciobój (bieg rozstawny 4×100 m, rzut oszczepem, rzut piłką uszată prawo- i leworącz, skok wdal z rozbiegiem, gra w dłoniówkę) — zwycięzca państw. gimn. w Jasle.
2. Koszykówka — zwycięzca państw. gimn. w Bochni.
3. Palant — zwycięzca państw. gimn. w Gorlicach,
4. Uszata — zwycięzca państw. gimn. l. w Nowym Sączu.
5. Przejście przez parkan (3 m.) — zwycięzca państw. gimnazjum w Gorlicach.
6. Trójbój pływacki (bieg rozstawny 4×50 y, bieg 50 y, skok) — zwyc. państw. gimn. IV w Krakowie.

Program zawodów *drużyn żeńskich*:

1. Dłoniówka — zwycięzca Seminarjum im. św. Rodziny w Krakowie.
2. Koszykówka — zwycięzca Państw. Seminarjum w Krakowie.
3. Trójbój pływacki — zwyc. Państw. gimn. w Krakowie.

Podkreślić należy odmienny charakter zawodów okręgu krakowskiego w stosunku do typu przedtem ogólnie przyjętego. Oto nacisk jest położony na zawody drużyn a nie jednostek a dalej są to głównie zawody w grach sportowych. W rachubę wchodzi tylko wyniki w określonych z góry ramach (t. j. wyniki przekraczające oznaczone maximum nie wchodzi zupełnie w końcowe obliczenia). Takie ujęcie rzeczy nie dopuszcza z jednej strony do zbyteńnego wysiłku a z drugiej ułatwia zawodnictwo i słabszym fizycznie. Przez zorganizowanie zawodów tylko w drużynach wciągnięto do nich tak wielką masę młodzieży, bo bodźcem dla każdego była świadomość, że wysiłek każdego na szali może zaważyć. Wkońcu położenie nacisku na gry ruchowe nadało zawodom właściwy charakter masowych zawodów, przyczem mający tendencję do przedwczesnego specjalizowania się zostali zmuszeni do brania udziału i w innych więcej dla nich odpowiednich ćwiczeniach.

To wszystko stanowi oryginalną cechę zawodów krakowskich i kto wie, czy właśnie ten typ nie jest dla rozwijającej się młodzieży najodpowiedniejszy.

Zawody zorganizował wiz. wych. fiz. Z. W y r o b e k; przeprowadzili je prof. J. F i g n a i F. F i d z i ń s k i przy pomocy kilkudziesięciu sędziów tak, że wszystkie punkty wyczerpano w przepisany czas.

Lwów¹⁾.

1) Szkoły żeńskie.

Dnia 7 czerwca 1925 na boisku Sokoła Macierzy we Lwowie odbyło się „święto wiosenne” młodzieży szkół żeńskich. W święcie tem wzięła udział młodzież szkół powszechnych i średnich żeńskich w ilości 2500 ucznie.

¹⁾ Sprawozdanie to zawdzięczamy uprzejmości lwowskiej Sekcji W. F. T. N. S. W. Nadto, kuratorjum O. S. Lw. przyrzekło nam nadesłać dane z osobnych świąt sportowych, urzędowych w środowiskach prowincjonalnych.

Oprócz reprezentantów władz, nauczycielstwa szkół średnich i powszechnych, stawiła się tłumnie publiczność w ilości kilkunastu tysięcy.

Najpierw weszła 2 tysięczna rzesza uczenic szkół powszechnych w takt muzyki wojskowej równym pięknym marszem na boisko, tworząc w sukienkach białych i czerwonych barwny obraz.

W takt muzyki wykonała dziatwa sprawnie kilka ćwiczeń oraz łatwy płaś do ludowej melodji. Po tych ćwiczeniach odbył się pokaz zabaw i gier i ćwiczeń stosowanych w szkole powszechnej. Były tam ćwiczenia piłkami, wywiadkami, obręczami, zabawy bieżne, skoczne, gry dużą piłą.

Po ćwiczeniach dziatwy weszła młodzież szkół średnich żeńskich w jednolitych strojach w liczbie 500 zwartym marszem na boisko. Przy wtorze muzyki wykonano kilka wspólnych ćwiczeń i płaśy, poczem odbyły się rozgrywki kilkunastominutowe następujących zakładów: I. i II. państw. Seminarjum, państw. Gimnazjum im. król. Jadwigi, pryw. Seminarjum i Gimnazjum im. Z. Strzałkowskiej i Seminarjum A. Rychnowskiej. Ćwiczenia te urozmaicone były śpiewem zespołu chórów wszystkich szkół średnich żeńskich. Zebrano 2 tysiące z 50 groszowych wstępów na cele kolonij wakacyjnych dla szkół powszechnych.

2) Szkoły średnie męskie.

Święto sportowe młodzieży szkół średnich męskich odbyło się w dniach 31. 5. i 1. 6. 1925 r. Program święta sportowego ustalono na posiedzeniach Sekcji Hig. i Wych. Fiz. T. N. S. W. Towarzystwo Zabaw Ruchowych współpracowało z Sekcją, zajmując się techniczną stroną urządzenia święta sportowego. Ustalono następujące minima: 1) bieg 100 m — 14,2 sek., 2) skok wdal — 4 m, 3) skok wzwyż — 1,20 m, 4) rzut kulą 5 kg oburącz — 12 m, 5) rzut granatem 800 gr oburącz — 45 m. Do tych zawodów dopuszczono młodzież od 17-tu lat w górę, zbadaną przez lekarzy szkolnych. Dwa tygodnie przed świętem sportowem odbyły się po szkołach zawody eliminacyjne o minimum w ćwiczeniach. 6 szkół, w których największa procentowo ilość młodzieży przekroczyła minimum, wystawiły drużyny po 5-ciu uczniów do pięcioboju drużynowego. Do pięcioboju zostały dopuszczone drużyny następujących szkół: 1) Korpus kadetów, 2) Gimn. IX, 3) Gimn. XI, 4) Sem. naucz., 5) Gimn. XI filja, 6) Gimn. VII. Dnia 31 maja, w pierwszym dniu święta, odbyły się zawody w pięcioboju, w tenisie (gra pojedyncza i podwójna), w biegach rozstawnych młodszych 14—16 lat (16×75 m) i starszych ponad 17 lat (10×100 m), w biegu kolarskim (4×5000 m), w strzelaniu i w piłce ręcznej. Dnia 1 czerwca pokazy gier i zabaw, gimnastyki, boks, szermierki i lekkiej atletyki, przemówienia przedstawicieli władz, rozdanie nagród i defilada zawodników.

Nagrody były wędrowne, ofiarowane przez władze szkolne i towarzystwa. Wyniki zawodów były następujące: 1) Korpus Kadetów 11.143'70 punktów, 2) Gimnazjum IX — 7.367'55 p., 3) Gimnazjum XI — 6.924'85 p., Gimnazjum VII — 6.497'70 p., 4) Gimnazjum XI filja 6.274'40 p.

Te zawody, były to pierwsze poczynania tego rodzaju na terenie szkół średnich. Miały one być zachętą dla młodzieży do uprawiania kultury fizycznej a dla starszej generacji miały być pokazem zajęć młodzieży i jej sprawności. Wychowanie fizyczne napotyka jeszcze na bardzo wielkie trudności na terenie szkół średnich. Nie ma sal, boisk. W niektórych gimnazjach od roku dopiero wprowadzono wychowanie fizyczne, w innych zaś jeszcze nie zorganizowano, z powodu braku sił fachowych i warunków.

Publiczność, w czasie święta sportowego młodzieży szkół męskich, niestety nie dopisała.

Okręg Śląski.

W sobotę dnia 20 czerwca odbyły się międzyszkolne zawody szkół średnich województwa śląskiego. Do zawodów stanęło 10 drużyn męskich i 2 żeńskie. Na program zawodów złożyło się przedpołudniem: 1. Ćwiczenia wstępne. 2. Rozgrywki drużyn męskich i żeńskich w koszykówkę. 3. Skoki w dal. 4. Rzuty granatem. — Popołudniu: 1. Biegi rozstawne. 2. Przechodzenie przez parkan 3 metrowy. 3. Finał rozgrywek drużyn męskich i żeńskich w koszykówkę. 4. Rozdanie nagród. — Na osiągalnych 48 punktów drużyna seminarjum męskiego uzyskała punktów 42, zdobywając pierwszą nagrodę — złote żetony, oraz nagrodę wędrowną, ofiarowaną przez redakcję „Gońca Śląskiego”, statuę bronzową, przedstawiającą górniką. Nagroda ta przechodzi na własność po 3 krotnem zdobyciu jej. Drużyny gimnazjum państwowego z Cieszyna, gimn. państw. z Katowic i gimn. mat.-przyrodn. z Królewskiej Huty uzyskały po 35 punktów, zdobywając drugą nagrodę — srebrne żetony, — drużyna gimn. klasycznego z Królewskiej Huty uzyskała 34 punkty, zdobywając trzecią nagrodę — żetony brązowe. W skład zawodów między drużynami żeńskimi wchodziła gra w koszykówkę, w której zwyciężyła drużyna seminarjum żeńskiego z Mysłowic, zdobywając tem samem pierwszą nagrodę, wobec tego, że do zawodów stanęły wogóle tylko 2 drużyny.

Przed rozdaniem nagród przez panią wojewodzinę Bilską wygłosił do uczestników zawodów przemówienie organizator zawodów p. wizytator Dr. Ernest Farnik, podkreślając znaczenie wychowania fizycznego. Zawody zaszczycił swą obecnością p. wojewoda Bilski, p. naczelnik W.O.P. Stach, oraz reprezentanci wojskowości, duchowieństwa i władz.

Okręg Wileński.

„Święto Sportowe” urządzone zostało staraniem Kuratorjum Okręgu Szkolnego Wileńskiego w dniach 12, 13 i 14 czerwca b. r. na terenie „Parku Sportowego Młodzieży Szkolnej im. gen. L. Żeligowskiego” podług poniższego programu.

Gimnazja męskie zwolnione były od nauki w dniach 12 i 13 czerwca, a gimnazja żeńskie po 3-ch lekcjach 12 i cały dzień 13 czerwca.

Czynny udział w „święcie” wzięło 1251 uczniów i uczenic, wszyscy obowiązani byli uczestniczyć w pokazach gimnastycznych, z tej liczby 184 chłopców stanęło do zawodów lekkoatletycznych.

Z poszczególnych gimnazjów brało udział:

z gimnazjum im. kr. Zygmunta Augusta	214 uczni
„ „ J. Lelewela	325 „
„ „ A. Mickiewicza	84 „
„ „ J. Słowackiego	152 „
„ „ św. Kazimierza z N. Wilejki	44 „
„ „ J. Śniadeckiego (Oszmiana)	26 „
„ Seminarjum Naucz. Męskiego	52 „
„ Gimnazjum im. E. Orzeszkowej	136 uczenic
„ „ J. Czartoryskiego	84 „
„ „ A. Mickiewicza	60 „
„ „ św. Kazimierza (N. Wilejka)	56 „
ze szkoły Przem. Handl. E. Dmochowskiej	18 „

Razem 1251.

Udział młodzieży w „Święcie Sportowem” 1925 r. był cokolwiek mniejszy niż lat ubiegłych, a to wskutek fatalnej niepogody (bezustanny deszcz). Pokazy ćwiczeń wolnych były następujące:

1. Wspólny szkół męskich	}	Gimnazjum im. kr. Z. Augusta
		" " Lelewela
		" " Słowackiego
2. Wspólny szkół żeńskich	}	Gimnazjum im. Orzeszkowej
		" " Czartoryskiego
		" " Mickiewicza
		" " św. Kazimierza.
3. Odrębne ćwiczenia		gimnazjum im. J. Śniadeckiego
4. " "		seminarium Naucz. męsk.
5. " "		gimnazjum Orzeszkowej
6. " "		" A. Mickiewicza
7. " "		" św. Kazimierza
8. " "		" Czartoryskiego
9. " "		" Szkoła im. E. Dmochowskiej.

Zawody lekkoatletyczne przeprowadzone były dla 3-ch grup: młodzieży średniej i starszej. Podział młodzieży dokonany został na podstawie pomiarów antropometrycznych, co dało możność stanąć do zawodów tak wielkiej liczbie zawodników, za podstawę do podziału użyte były dane: wiek, wzrost i waga. Konkurencją dla młodszej grupy były: bieg 60 mtr., rzut dyskiem i oszczepem, skoki wzwyż i w dal; dla średniej: bieg 80 mtr., rzut dyskiem, oszczepem, pchnięcie kuli wagi 5 kg, skoki wzwyż, w dal i o tyczce; dla starszej grupy jak dla średniej, tylko bieg 100 mtr. zamiast 80-ciu i bieg na 800 mtr. Zwycięzcy pierwszych, drugich i trzecich miejsc wyróżnieni zostali odpowiedniemi na piśmie „odznaczeniem”, prócz tego wszyscy pierwsi otrzymali nagrody w postaci przyborów sportowych zakupionych za kwotę 300 złotych, asygnowanych w tym celu przez Ministerstwo W. R. i O. P.

Na pokrycie wydatków związanych z organizacją „Śwłeta Sportowego” postanowiono zrobić wejście do parku płatne po 25 groszy dla młodzieży pozaszkolnej i po 50 groszy dla osób cywilnych, młodzież szkół biorących udział w „święcie” jak również i nauczycielstwo miało wstęp wolny. Znaczący należy wielkie zainteresowanie „świętem” rodziców, w przeciwieństwie do lat ubiegłych. Frekwencja bowiem wynosiła przeszło 1000 osób oprócz młodzieży, pomimo ciągłego deszczu i do ukończenia zawodów nikt parku nie opuścił.

Za bilety wejściowe otrzymano	594 złote
Wydatków na urządzenie „Ś-ta Sp.”	590 „ 50 gr.
	<hr/>
	3 „ 50 gr.

Z pozycji wydatków kwota 253 zł. 70 gr. wydana została na niezbędny inwentarz sportowy, tak, że faktyczne koszty administracyjne wynoszą 336 zł. Zawodów drużyn gier sportowych nie było z powodu ciągłej niepogody, zgłoszeń do zawodów było 14. W niedzielę dnia 21 czerwca o godz. 11 rano zgodnie z programem odbyło się w Parku Sportowym uroczyste rozdanie nagród przez Kuratora w obecności przedstawicieli władz szkolnych i licznie zgromadzonej młodzieży.

Okręg Wołyński.

W dniach 23 i 24 maja 1925 r. odbyły się w Równem z inicjatywy Kuratorjum Okręgu Szkolnego Wołyńskiego I-sze Międzyszkolne Zawody Sportowe szkół średnich ogólnokształcących.

Do zawodów stanęło 18 zespołów męskich i 12 żeńskich, nie licząc drużyn piłki koszykowej i piłki latającej. Oprócz tego dla uwypuklenia prac hufców szkolnych zgłoszono 10 zespołów do strzelania oraz 12 zawodników do walki na bagnety. Razem stanęło do zapasów 320 zawodników.

Organizacja zawodów była bez zarzutu tak pod względem administracyjnym, dzięki poparciu społeczeństwa miejscowego, jak i technicznym, gdyż miejscowe władze wojskowe udzieliły swojej pomocy przez przydzielenie oficerów w charakterze sędziów. Miejscowy hufiec harcerski pełnił służbę łącznikową i porządkową, harcerska drużyna ze Zdołbunowa służbę sanitarną pod kierunkiem lekarza szkolnego. Lokalu i boiska udzieliło miejscowe T-wo Gimnastyczne Sokół.

Zasadą zawodów było wykazanie dorobku sprawności fizycznej młodzieży, dlatego program przewidywał tylko zawody w drużynach występujących w różnej formie wielobojów.

Wyniki zawodów były znacznie lepsze, niżeli się można było spodziewać. Pierwsze miejsce zajęło gimnazjum w Równem, zdobywając nagrodę przechodnią za pięciobój. Nagrodę przechodnią dla dziewcząt zdobyło gimnazjum w Zdołbunowie za trójbój. Poszczególne wyniki były następujące: 1) Pięciobój dla chłopców od 15 do 18 lat w zespołach po 4 zawod., pierwsze miejsce — Równe ze 184 pkt. Indywidualnie najlepsze wyniki uzyskali: Ucz. Sztajer z Kowla — skok o tyczce 2.60 mtr., ucz. Podowski z Łucka — skok w dal 5.25 mtr., ucz. Bąk z Równego — rzut oszczepem 37.70 mtr., 2) Czworobój dla chłopców od 15 do 18 lat w zespołach po 8 chłopców. Zgłoszonych pięć zespołów. Pierwsze miejsce Włodzimierz Woł. z 229 pkt. Indywidualnie najlepsze wyniki uzyskali: ucz. Lesiak z Dubna — rzut granatem prawą ręką 53 mtr., ucz. Zmucki z Łucka — rzut granatem lewą ręką 33 mtr., ucz. Lesiak z Dubna — rzut granatem oburącz 80 mtr., w biegu 8×100 mtr. sztafeta z Kowla w czasie jedna minuta 50 i 4/5 sek., w ciągnięciu liny zwyciężyła drużyna z Kowla. 3) Czworobój dla chłopców od 12 do 15 lat w zespołach po 10 chłopców. Zgłoszonych 7 zespołów. Pierwsze miejsce Kowel — 400 pkt. 4) Trójbój dla dziewcząt 15 do 18 lat w zespołach po 8 dziewcząt. Zgłoszono 7 zespołów (w tem dwa z Kowla). Pierwsze miejsce Zdołbunów — 240 pkt. 5) Czworobój dla dziewcząt 12 — 15 lat w zespołach po 12 dziewcząt. Zgłoszono 5 zespołów. Pierwsze miejsce Łuck — 430 pkt. 6) Piłka koszykowa, Równe — Zdołbunów, 6:0 dla Równego. 7) Sermierka na bagnety, zgłoszono 12 zawodników. Pierwsze miejsce Generowicz, II. Wiśniewski, obaj ze Szkoły handlowej w Równem. III. Skomorowski, Seminarjum nauczycielskie w Ostrogu. 8) Strzelanie w zespołach po 4 strzelców do tarczy 10 pierśc. bez oparcia na 100 mtr. dwa strzały próbne, zgłoszono 10 zespołów. Pierwsze miejsce, Seminarjum nauczycielskie z Łucka 131 pkt. Indywidualnie najlepsze wyniki mieli Petz z Włodzimierza, Rudnicki z Kowla, Hołubecki z Równego, wszyscy po 40 pkt.

Po zawodach odbył się pochód i defilada drużyn przed Kuratorem Okręgu Szkolnego p. W. Sikorą, który następnie rozdzielił zwycięskim drużynom nagrody. Kuratorjum O. S. ogłosiło bardzo szczegółowe sprawozdanie z zawodów w swym „Dzienniku Urzędowym” (nr. 6 z 15 lipca b. r.).

Od Wydawnictwa i Redakcji.

Dzięki poparciu, jakiego czasopismu naszemu udzieliły instytucje samorządowe Polski Zachodniej, mogliśmy w roczniku 1925 zaprowadzić pożądaną zmianę w postaci ustalenia kwartalnych terminów ukazywania się poszczególnych zeszytów. Obecnie mamy do zanotowania nowy objaw uznania naszych usiłowań przez czynniki odpowiedzialne. Oddział III Sztabu zaprenumerował „Wychowanie Fizyczne“ dla wszystkich ważniejszych placówek wychowania fizycznego w armji. To nam pozwoliło przejść do drugiego, niemniej ważnego etapu reformy wydawnictwa. Obecny numer podwójny zamyka rocznik 1925, w następnym zaś roczniku terminy przyspieszymy o blisko kwartał, tak, że zesz. I ukaże się 1 stycznia, II — 1 kwietnia, III — 1 lipca, IV — 1 października. Prosimy też Szan. współpracowników, by zechcieli rękopisy nadsyłać najpóźniej na dni 14 przed każdą z wymienionych dat.

Kronika.

— XII Zjazd lekarzy i przyrodników polskich w Warszawie dał sposobność do poruszenia, tak na posiedzeniach specjalnej Sekcji higieny szkolnej i wychowania fizycznego, jak w niektórych innych sekcjach, tematów tak doniosłych i aktualnych z tej dziedziny, że otworzyliśmy łamy naszego czasopisma dla pomieszczenia jak największej ich części. Obecny zeszyt, dzięki swym podwójnym rozmiarom, przynosi dziesięć referatów i odczytów, wygłoszonych na Sekcji rzeczowej. Teka nasza zawiera jednak jeszcze cenne prace d-rów Ossowskiego i Szumana o uczniach dojeżdżających, d-ra Macieszy o kąpieliskach szkolnych, d-ra Mitkiewicza i Prof. gimn. Dręgiewicza o współpracy lekarzy szkolnych i wychowawców fizycznych, d-ra Krajewskiego o szmerach sercowych u sportowców, które ukażą się w n-rze z 1 stycznia 1926, wraz ze streszczeniem pozostałych prac i dyskusji.

— Z polskich uczelni wychowania fizycznego. W Studium wychowania fizycznego Uniwersytetu Poznańskiego, z końcem czerwca b. r. ukończono prace obu kursów trzyletnich. Nadto, w roku akad. ubiegłym po raz pierwszy Studium wzięło udział w organizacji Wyższych kursów nauczycielskich (dyr. dr. Kilariski), a mianowicie grupy V (śpiew i ćwiczenia cielesne). Kurs ten, dziesięciomiesięczny, ukończyło osób 37, wynosząc wcale dobre uzdolnienie do kierowania ćwiczeniami ciała w szkołach wydziałowych, mimo małą ilość czasu, poświęconego wychowaniu fizycznemu (16 godz. tyg.) i niekoniecznie szczęśliwą kombinację z przygotowaniem muzycznym (powierzonom Państw. Konserwatorjum muz.). Za dział wychowania fizycznego objął odpowiedzialność ppłk. Sikorski.

Od 6 lipca do 8 sierpnia Studium przeprowadziło pierwszy Kurs wakacyjny (dokształcający stopnia wyższego) dla czynnych wychowawców fizycznych szkół średnich, pod kierownictwem prof. Piaseckiego. Praca intensywna (5 godz. dziennie wykładów i ćwiczeń) dała bardzo dobre wyniki. Do podniesienia nastroju przyczynili się wielce goście Kursu, z których wymienimy: panie Gebethnerównę i Olszewską (Ministerjum Oświecenia), panów d-ra Dybowskię (Uniwersytet Lwowski), d-ra Mitkiewicza (Kuratorjum O. S. Warsz.), Starzyńskiego (prez. Sekcji w. f. T. N. S. W., Warszawa). Ukończyło kurs 23 pań i 39 panów, z których znaczna część zapewne przystąpi wkrótce do egzaminu uproszczonego.

Po wakacjach, z początkiem września, zaczął się drugi kurs roczny wychowania fizycznego i śpiewu (przyjęto 10 pań i 22 panów). Z dniem 1 października zaczynają się oba typy studjów trzyletnich, a nadto — po raz pierwszy — kurs dwuletni, odpowiadający przepisom ministerjalnym o Państw. Instytutach w. f.

Centralna Szkoła Wojsk. Gimnastyki i Sportów w Poznaniu. Wyniki, osiągnięte na rocznym kursie oficerskim, ukazały się w najlepszym świetle w pięknym popisie, który odbył się na stadionie przy ul. Grunwaldzkiej dnia 21 czerwca.

Kurs roczny szermierczy trwał od 5. XI. 24. do 31. VIII. 25. Ilość uczestników (podoficerów) 21, zespół należycie wybrany. Wyniki pracy znakomitego fechtmistrza-pedałoga, Leop. Targiera, ujawniła akademja szermiercza, urządzona w sali Studium wych. fiz. Uniwersytetu, przy udziale licznej publiczności. Była to zarazem uroczystość pożegnania mistrza, opuszczającego po trzech latach Polskę. Słowa serdecznej i zasłużonej podziękii dlań wypowiedział dowódca Szkoły, ppłk. Sikorski.

Kurs wiosenny oficerski, od 5. IV. 25, do 1. VII. 25. Frekwentantów 41. Był to jeden z lepszych krótkich kursów oficerskich.

Kurs podoficerski gimnastyczny, od 2. III. do 31. VIII. 25. Uczestników 40. Wyniki bardzo dodatnie we wszystkich działach, o czem można było m. i. przekonać się przy sposobności pokazów (dla Sekcji w. f. T. N. S. W. w czerwcu, dla Sokołów z Ameryki w lipcu).

Dnia 9. IX. zaczął się jesienny kurs oficerski, przy udziale 40 frekwentantów.

Państwowy Instytut wychowania fizycznego w Warszawie (dyrektor d-r W. S. Zawadzki) rozpoczął swój pierwszy kurs dwuletni w połowie września, przy udziale 70 uczestników płci obojej.

— **Redukcja programów nauczania w szkołach średnich.** Dziennik Urzędowy Ministerjum Oświecenia (nr. 12, 14), przyniósł ze wszech miar godne uwagi rozporządzenia tegoż Ministerjum w sprawie powyższej (z daty 16 lipca i 17 lipca b. r., L. 10361/II, 10422/II). Idą one w myśl wywodów tytułu zjazdów lekarskich i higienicznych u nas (ostatnio XII Zjazdu lek. i przyr. pol., patrz referaty na czele n-ru), domagających się ograniczenia bezużytecznego nadmiaru sedenterji szkolnej. Redukcja nie jest wielką (1—3 godz. na tydzień), lecz napewno będzie już dużem dobrodziejstwem dla młodzieży. By zaś owoców jej nie zniweczyło przerwienie nadmiaru pracy na dom ucznia, rozporządzenia dają szczegółowe instrukcje co do celowej redukcji i koncentracji materiału naukowego z różnych przedmiotów, według zasady: *non multa, sed multum*.

— **Sekcje wychowania fizycznego T. N. S. W.** odbyły, przy okazji XII Zjazdu lekarzy i przyrodników polskich, naradę w sprawach organizacyjnych. Reprezentowane były następujące środowiska: Warszawa (prez.

Starzyński, kol. Francikowski, Michalski, Olszewska), Kraków (prez. Fidziński), Poznań (prez. prof. Piasecki), Płock (kol. Kraskowska). Zapatrywania Sekcji lwowskiej referował, według niedawnego z nią porozumienia na miejscu, prof. Piasecki.

Postanowiono dążyć do połączenia wszystkich sekcji w jedną instytucję, obejmującą całą Polskę i rozpatrzone zasady regulaminu, jakiby należało dla tego zrzeszenia ustanowić. Idąc za przykładem Sekcji lwowskiej i poznańskiej, uchwalono starać się o wciągnięcie lekarzy szkolnych do akcji na równi z wychowawcami fizycznymi. Wyniki porozumienia postanowiono przedłożyć do przyjęcia na zebraniach poszczególnych sekcji. Jako siedzibę Zarządu upatrzono na lata najbliższe Poznań.

— **Umywalnie w szkołach.** Ministerjum Oświecenia wydało (Dziennik Urzędowy, nr. 11, data 15 kwietnia b. r., L. 2893/24. O. Prez.) okólnik w sprawie wymienionej, polecający każdej szkole zaopatrzenie się w umywalnie dla uczniów. Ministerjum wychodzi z bardzo słusznego założenia, że wdrażanie do czystości ciała jest jednym z najważniejszych zadań kulturalnych, chce zatem umożliwić nauczycielstwu przyzwyczajenie dziatwy do mycia rąk po każdym zanieczyszczeniu; wyraża wkońcu nadzieję, że przed upływem roku szk. 1925/6 nie będzie ani jednej szkoły w Polsce bez tak niezbędnych urządzeń.

— **Kłeska gruźlicy w szkołach.** Według opinii D-ra Kopczyńskiego, wizytatora higieny szkoln. Ministerstwa Oświecenia Publicznego, w szkołach powszechnych Państwa Polskiego około 5 procent dzieci choruje na gruźlicę, a około 60 proc. dzieci na powiększone gruczoły limfatyczne zewnętrzne.

Ponieważ według statystyki urzędowej liczba uczniów szkół powszechnych wynosi zgórą 3 miliony, mamy więc w szkołach w tej chwili zgórą 150 tysięcy dzieci chorych na gruźlicę, które zarażają resztę swych towarzyszy nauki, a około 1 miliona 800 tysięcy dzieci skrofulicznych i do gruźlicy uposobionych.

Na całą tę olbrzymią masę dzieci gruźliczych Państwo posiada zaledwie 500 łóżek szpitalnych i sanatoryjnych; żadna akcja zapobiegawcza nie jest prowadzona.

W interesie obrony Państwa, którego ludności grozi zdziesiątkowanie przez gruźlicę, leży podjęcie przez Rząd natychmiastowej akcji w kierunku wzmoczonego subsydjowania instytucji opiekujących się dziećmi wogóle, a gruźliczemi w szczególności. Niezbędna jest tu akcja na wielką skalę — dotychczasowe półśrodki już nie wystarczają, a dalsze zwlekanie co do ustawodawczego uregulowania sprawy walki z gruźlicą w Państwie grozi nam ciężkimi następstwami.

W Administracji „Wychowania Fizycznego“

do nabycia:

Roczniki: I (1920, bez n-ru 1), VI (1925) po 10 zł.

„ „ II—V (1921—1924) po 8 „

Piasecki, Biblioteka podręczna wychowawcy fizycznego 1 „

Członkom Sekcji w. f. T. N. S. W., studentom i kursistom w. f. z opustem 40%, pod warunkiem odbioru najmniej 10 egzemplarzy.

Résumés des principaux articles et communiqués.

Le XII-e Congrès des médecins et naturalistes polonais (Varsovie, juillet 1925), a eu, parmi ses 35 sections, une consacrée à l'hygiène scolaire et à l'éducation physique. Le numéro actuel de „Wychowanie Fizyczne” contient 10 rapports et communiqués, lus devant ladite section. En voici quelques détails qui pourraient avoir de l'intérêt international.

La question du surmenage scolaire (rapporteurs, le Prof. J o n s c h e r de l'Université de Poznań, le Dr. S z u m a n, inspecteur régional de l'hygiène scolaire, Poznań, le Dr. O z i e b ł o w s k i, médecin scolaire Varsovie). Le premier rapporteur constate le fait du surmenage scolaire, en se basant sur ses observations de clinique. Puis, il passe en revue les causes nombreuses et différentes de ce mal, en fixant l'attention surtout sur la nécessité de la réduction des programmes, ainsi que de l'adaptation, dans les écoles de filles, des exigences aux particularités de l'organisme féminin. Le second rapport analyse la question du point de vue psychologique. Il estime que l'arrêté récent du Ministère de l'Instruction Publique (1924), exécuté d'une façon appropriée, réduirait le mal au minimum. Cet arrêté fixe, entr'autres, les maxima du travail de l'écolier à domicile, prescrit l'application des méthodes didactiques les plus modernes, etc. Le troisième rapporteur a étudié (à l'aide d'une enquête, concernant 1100 élèves des 4 écoles secondaires de Varsovie) la question du travail de l'écolier à domicile. En comparant ses résultats avec ceux obtenus, par une méthode semblable, en 1919 (enquête du Dr. K o p c z y ŋ s k i) il constate la diminution de cette partie du surmenage scolaire, au cours de 5 années, à 1/3 en moyenne.

Le rapport du président du Congrès, le Prof. C i e c h a n o w s k i (Université de Cracovie) sur l'éducation physique universelle comme base de la préparation militaire de la nation, s'occupe surtout de la nécessité d'une loi sur l'éducation physique. On sait que le Cabinet des ministres a fixé le projet d'une loi pareille. Le rapporteur demande qu'on donne aux personnes compétentes l'occasion d'émettre leur opinion là-dessus. En outre, il accentue la nécessité d'introduire l'éducation physique dans toutes les Universités. Dans un autre rapport, le même savant traite le rôle du médecin dans l'éducation. Il constate que nos Facultés ne préparent pas, jusqu'à présent, le futur médecin pour cette tâche si importante. Les Instituts Supérieurs d'Education Physique qu'on devrait fonder (à l'exemple de l'Université de Poznań) auprès de toutes les Facultés de médecine, seront appelés à combler cette lacune (outre leur travail plus immédiat — la formation d'éducateurs physiques).

Le rôle du psychologue dans l'éducation physique (Dr. T. J a r o s z y ŋ s k i, prof. agrégé, Université libre, Varsovie). L'auteur passe en revue tous les procédés d'éducation physique du point de vue de la psychologie. Entr'autres, il attire l'attention sur le fait que le „masque de fatigue” excessive, causée par les concours sportifs (voir le tableau, fig. 2b, 3) est très semblable à celui d'une malade atteinte de myasthénie grave (fig. 1). Puis, il essaye de tracer un plan d'éducation physique pour la nation polonaise, d'après ses particularités psychiques. C'est la méthode de L i n g avec ses correctifs modernes (L i n d h a r d, F a l k, B j ö r k s t é n), ainsi que les jeux et sports à l'anglaise, avec un retour aux tendances esthétiques de l'ancienne Grèce, qu'il considère comme propres à développer les avantages et à combattre les défauts du caractère national. Enfin, il accentue la nécessité de joindre les efforts du psychologue à ceux du médecin et de l'éducateur, pour aboutir à une éducation physique complète.

Le Prof. Piasecki (Université de Poznań) parle sur l'éducation physique dans les Ecoles Supérieures. Le Ministère de l'Instruction Publique a récemment demandé, de toutes les Ecoles Supérieures en Pologne, des propositions concernant l'organisation de l'éducation physique des étudiants, calculées pour aboutir, plus tard, aux exercices du corps obligatoires (à l'exemple des Etats-Unis de l'Amérique). L'orateur considère, comme une étape qu'on peut atteindre aujourd'hui, celle d'organiser les exercices et de les rendre vraiment accessibles à tous les étudiants des deux sexes. Dans l'Université de Poznań, qui possède une chaire et un Institut Supérieur d'Education Physique, c'est ce dernier qui se chargera de cette tâche. Quant aux autres Ecoles Supérieures, elles pourront confier la chose à une Commission spéciale. Pour les Universités, leur responsabilité est d'autant plus grande qu'elles doivent se charger de la formation d'éducateurs physiques.

Le Lt.-col. Dr. Osmolski (Ecole militaire de médecine, Varsovie) démontre l'utilité des dispensaires sportifs, où des médecins-spécialistes donneront aux jeunes athlètes, des conseils concernant le choix et l'intensité de l'exercice approprié pour leurs organismes.

M. Wyrobek (inspecteur régional d'éducation physique, Cracovie) projette la formation d'une Section des jeux scolaires au sein du Conseil Supérieur d'Education Physique. Cette Section veillerait sur l'uniformité et sur l'efficacité des jeux scolaires dans le pays entier. M. Fidziński (professeur de lycée, Cracovie) prend en considération le même sujet d'un autre côté; il conseille de ressusciter les Cercles sportifs d'élèves, là où ils ont cédé à la tendance moins désirable des grands clubs à grouper la jeunesse scolaire autour d'eux.

Dr. T. Strumitko (Université catholique, Lublin). **Observations sur les camps de préparation militaire.** L'auteur a été chargé, en été 1925, par le Ministère de l'Instruction Publique, de visiter 45 camps de ce genre, desservant 4000 jeunes gens (ce qui dépassait légèrement la moitié du nombre total de la saison). En se basant sur les données de cette visite, ainsi que sur son expérience de 14 années au sujet des camps d'Eclaireurs, il émet les opinions suivantes. Le nombre des garçons placés dans un camp, ne devrait pas dépasser 70—80, avec un état-major de 8 personnes compétentes. Le groupement de quelques camps indépendants dans une même contrée, facilite le ravitaillement et le contrôle, tout en stimulant l'émulation des jeunes gens. L'emplacement doit être choisi avec le plus grand soin: dans une contrée saine et belle, si possible, inconnue à l'élève (changement de régions), loin des distractions peu désirables. Il y a lieu de fonder une organisation pour la production des tentes etc., par les soins des Sociétés de préparation militaire. On devra former des cadres d'instructeurs-spécialistes pour les camps. Les officiers et les pédagogues civils devront siéger, à titre de Conseil pédagogique, au moins une fois par semaine. On n'admettra aux camps que des candidats robustes à l'âge de 16 ans au moins. On réduira le programme de théorie militaire; en revanche, on élargira l'éducation physique, morale et civique, en se servant des moyens établis par le scoutisme.

Réduction des programmes dans les écoles secondaires. Le Ministère de l'Instruction Publique a publié (en juillet et en août 1925) deux arrêtés concernant ce sujet, qui donnent une satisfaction partielle aux vœux émis par le Congrès récent (voir plus haut). La somme des leçons (de 45 min. chacune) par semaine ne dépassera pas, dans les classes supérieures, le nombre de 31—32. Le Ministère prescrit, d'une façon détaillée, la diminution correspondante des exigences pour plusieurs sujets de l'enseignement.

KSIĄŻNICA-ATLAS S. A.

Lwów, Czarnieckiego 12.
P. K. O. 149 590.

Warszawa, Nowy Świat 59.
P. K. O. 117.

poleca wydawnictwa lekarskie i pokrewne:

- Brudzewski K. — Podręcznik perymetrii klinicznej 8.—
- Czernecki W. — Fizjologia i patologia śledziony 4.—
- Danysz J. — Teoria chorób zakaźnych i niezakaźnych 3.30
- Dzierżyński W. — Podręcznik chorób nerwowych 12.—
- Gądzikiewicz W. — Metodyka badań higienicznych 18.—
- Godlewski E. — Podręcznik embriologii. Z 444 rycinami 13.50
- Grzywo-Dąbrowski W. — Zarys medycyny sądowej z atlasem
o 62 ilustr. i tablicami barwnymi 10.—
- Wskazówki do wykonywania sąd.-lek. oględzin zwłok 2.40
- Kłęsk A. — Psychofizjologia i patologia pisma. Z 6 ryc. 2.40
- Leszczyński A. — Zarys farmakologii 3.50
- Nowaczyński J. — Mikroskopja i chemja kliniczna 12.—
- Podręcznik chorób zakaźnych. — Zeszyt I. cz. II. Dr. W. Chodźko:
Organizacja państwowa i społeczna w walce z chorobami
zakaźnymi. Prawodawstwo sanitarne międzynarodowe
i polskie 7.20
- Zeszyt III. Gorączka powrotna, Żółtaczką zakaźną, Go-
rączka po ukąszeniu przez szczury, Zimnica, Grypa, Dur
plamisty, Gorączka okopowa 12.—
- Zeszyt VI. Choroby zakaźne przewodu pokarmowego:
Cholera, Dur brzuszny, Dury rzekome, Czerwonka bakte-
ryjna, Czerwonka pełzakowa, wiciowce i wymoczki. Z 29
ryc. i 2 tablicami 11.20
- Zeszyt VIII. Z 75 rys. w tekście i 4 tabl. kolorowemi.
Choroby zakaźne skóry: Zapalenie ropne skóry, Gruźlica
skóry, Grzybice naskórka, Grzybice skóry, Rumienie.
Choroby zakaźne narządów płciowych: Wiewiór, Wrzód
miękki, Kiła. Choroby zakaźne poszczególnych narządów:
Zapalenie przyusznicy nagminne. Choroby zakaźne oczu 12.—
- Sabatowski A. — Klimatoterapia i hydroterapia ogólna i zdro-
jowiskowa 6.60
- Sterling-Okuniewski S. — Dur wysypkowy 11.50
- Szczepański Z. — Podręcznik badań chemicznych, drobnowido-
wych i bakteriologicznych przy łóżku chorego. 16 ilu-
stracyj i 3 tablice barwne 4.50

GEBETHNER i WOLFF

Księgarnia i skład nut w Poznaniu, ulica Fr. Ratajczaka 36

poleca:

- Bochenek, Anatomja — 3 tomy.
Broesike, Podręcznik anatomji, część I i II.
Boigey M., L'Eleavage humain I/II.
„ Manuel scientifique d'éducation physique.
Demeny G., Les bases scientifiques de l'éducation physique.
„ Education et harmonie des mouvements.
Fabens et Kumlien, Cours complet de l'éducation physique.
Marquebrecq F., Les enfants anormaux. Manuel de gymnastique rationnelle.
Piasecki, E. Dzieje wychowania fizycznego.
Törngren L. M., Lehrbuch der schwedischen Gymnastik.

Zamówienia z prowincji załatwia się odwrotną pocztą.

WYDAWNICTWA SPORTOWE M. ARCTA

Albumiki sportowe w obrazach, rozkładane:

Biegi w obrazach, cz. I. Biegi średnie i trwałe. Zestawił W. Dörr, nauczyciel sportu	Zł 1.20
„ „ cz. II. Biegi krótkie i z plotkami. Zestawił W. Dörr	„ 1.20
Biegi średnie w obrazach. Styl, tempo, taktyka. Zest. F. F. Köpcke, tłum. J. Jungraw	„ 1.20
Rzuty dyskiem i oszczepem, pchnięcie kulą, w obraz. Zest. I. Weizer, tłum. kpt. J. Jungraw	„ 1.20
Rzuty kulą, jako zaprawa dla lekkoatlety, w obrazach. Zestawił H. F. Borchert, naucz. sportu, tłum. kpt. J. Jungraw	„ 1.20
Samobrona w obrazach. Zest. E. Stephan, por. policji. Tłumaczył kpt. J. Jungraw	„ 1.20
Zapaśnictwo w obrazach. Cz. I. Postawa stojąca. Zestawił W. Dörr, nauczyciel sportu	„ 1.20
„ „ Cz. II. Walka w parterze. Zest. W. Dörr, nauczyciel sportu	„ 1.20
Szermierka. Podręcznik techniczno-taktyczny do nauki szermierki na pałasze, florety i szpady. 39 rycin, z tekstem H. Murero, tłum. J. Jungraw	„ 2.50
Kultura ciała kobiecego w obrazach, objaśnienia Dory Menzler;	
„ Tablica I. Wzmocnienie mięśni grzbietu, skłony tułowia napięte	„ 1.20
„ „ II. Wzmocnienie mięśni brzusznych, skłony tułowia łukowe	„ 1.20
„ „ III. Gimnastyka klatki piersiowej, skłony w tył	„ 1.20
„ „ IV. Wzmocnienie bocznych mięśni tułowia, skłony boczne	„ 1.20

„POMOC SZKOLNA“

SPÓŁKA Z OGR. ODP.

WARSZAWA

WYTWÓRNIA I HURTOWNIA WSZELKIEGO RODZAJU PRZYRZĄDÓW SZKOLNYCH I PRZYBORÓW LABORATORYJNYCH

SKLEP: KRUCZA 19, TELEFON 191-32

BIURO: HOZA 40, TELEFON 505-14

POLECA:

WAGI OSOBOWE TYPU FAIRBANCS ZE WZROSTMIERZEM
I BEZ WZROSTMIERZA — SIŁOMIERZE — PRZYRZĄDY
PSYCHOLOGICZNE — TABLICE ANATOMICZNE I HIGJENICZNE
— LATARNE PROJEKCYJNE — MODELE ANATOMICZNE —
:~: :~: MIKROSKOPY — PRZYRZĄDY FIZYCZNE :~: :~:

Czcionkami Drukarni Św. Wojciecha.

Bank Związku Spółek Zarobkowych

Instytucja Centralna: Poznań, Plac Wolności 15.

Oddziały:

A) W KRAJU:

Warszawa, Jasna 8,
Łódź, Piotrkowska 72,
Toruń, Szeroka 14,
Kraków, Rynek Główny 19,
Bydgoszcz, Plac Teatralny 4,
Lublin, Krak. Przedmieście 45,
Radom, Plac 3 Maja,
Kielce, Kolejowa 54,
Grudziądz, Józ. Wybickiego 11-13,
Zbąszyń, Marszałkowska 43,
Katowice, Warszawska 7,
Sosnowiec, 3 Maja 9,
Lwów, Jagiellońska 1,
Wilno, Mickiewicza 1.

B) Wolne Miasto Gdańsk

Holzmarkt 18.

C) ZAGRANICĄ:

Nowy York

Union Bank of the Cooperative
Societies New-York Agency
953, Third Avenue

New - York.

Paryż

Banque de l'Union des So-
ciétés Coopératives Succursale
de Paris, 82, rue Saint Lazare

Paris (9-e)

**Załatwia wszelkie czynności wcho-
dzące w zakres bankowości.**

Adres telegraficzny w kraju i New-Yorku: „Zarobkowy“
w Paryżu: „Bezetesteb“.

Krajowe Ubezpieczenie



Ogniove w Poznaniu

Instytucja Publ.-Prawna Samorządu Poznańskiego Poznań - Plac Nowomiejski 8

Założone w r. 1804.

Telefon 2381, 5372 i 4112.

Adres Telegr.: OGNIOWE - POZNAŃ

Krajowe Ubezpieczenie Ogniove w Poznaniu, zapoczątkowane za czasów polskich — założone z przymusem ubezpieczeniowym dla budynków do roku 1864. Od r. 1892 przechodzi pod zarząd Wydz. Krajowego. Nadzór sprawuje wojewoda, imieniem Wydziału Krajowego starosta krajowy, przy pomocy Rady zarządzającej, złożonej z obywateli ubezpieczonych z różnych sfer.

Minister b. dzielnicy pruskiej reskryptem z dnia 20. marca 1920 r. L. dz. 987/20 I. N. V. nadał „Krajowemu“ nazwę

„Krajowe Ubezpieczenie Ogniove w Poznaniu“

Ze K. U. O. w Poznaniu, jako instytucja publiczno-prawna, samorządowa, nie obliczona na zyski, spełnia swe zadania należycie, świadczą: tzn. zaniechanie wszystkich sfer społeczeństwa, niebywały wprost rozwój i ciągły napływ nowych członków,

Zbiór składek za rok 1924	3 855 148,61 zł.
Majątek K. U. O. (fundusz rezerwowy działu ogniowego)	2 697 969,40 „
Przypuszczalny zbiór składek w r. 1925	15 000 000,— „

Krajowe Ubezpieczenie Ogniove w Poznaniu posiada 3 działy: OGNIOWY — ŻYCIOWY — GRADOWY

Najdogodniejsze warunki dla ubezpieczonych, którzy prócz niskiej składki ubez. i rządowej należności stempłowej, żadnych innych należności nie płać.

Sumienna i natychmiastowa likwidacja szkód. K. U. O. posiada w Poznaniu trzy własne gmachy. Szeroko rozgałęzione stosunki reasekuracyjne w kraju i zagranicą. Krajowe Ubezpieczenie w Poznaniu wydaje ilustrowany tygodnik: „Wiadomości Urzędowe“ wraz z „Informatorem Przemysłowo-Handlowym“. (K. U. O. posiada 280,000 członków) którego numery okazowe na żądanie wysyła się darmo i opłatnie. — Prenumerata roczna 20,— zł., półroczna 10,— zł., kwartalnie 5,— zł. — Adres Redakcji i Administracji: Poznań, Plac Nowomiejski 8.