

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, Zjedn. Młodz. Polskiej i innych zrzeszeń.

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

Z prac XII Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich.*)

(Warszawa, lipiec 1925.)

Dr. Wal. Ossowski, Skierniewice.

Uczniowie dojeżdżający pod względem postępu i zdrowia.

Życie polskie, jego rozwój, jego treść i wartość istotna kryje się w głębi społeczeństwa, od czasu do czasu objawiając spontanicznie swoją żywotność i siłę. Takim przejawem tej żywotności jest obecny Zjazd Lekarzy. Lecz zapał i entuzjazm — to cenne uczucia, jednak potrzeba czynu, przygotowania, sprawdzianu tężyzny życiowej. Z takim sprawdzianem, z aparatem cyfr, na tle statystycznych zestawień i porównań, by na podstawie dużych liczb móc wysnuć możliwie trafne wnioski, zabieram i ja tutaj głos w sprawie, jak o tem w tytule, w sprawie, gdzie *impositio silentiae* nie powinna mieć zastosowania;

*) Znaczną część tych prac pomieściliśmy już w numerze poprzednim (3—4, rocznik VI, 1925, str. 141—229). Zob. też rubrykę „Z tow., inst. i zjazdów“.

są to aktualja z życia uczniowskiego. Na podstawie własnej obserwacji w dwóch gimnazjach (męskim państwowem im. B. Prusa i żeńskim P. M. Szk. — oba w Skierniewicach) i materiału łaskawie nadesłanego przez Szanownych Kolegów, a będącego odpowiedzią na przesłany do nich przeze mnie kwestjonarjusz, wykładam oto tutaj statystyczne dane.

Widok zdążającego kilka kilometrów po błocie w słotny dzień listopadowy młodzieńca po światło wiedzy, myśl o zmaganiu się wychowanka z rannem wstawaniem, by zdążyć na pociąg, który po paru godzinach jazdy dostawi go do uczelni, fakt przypłacenia życiem przez dojeżdżającego ucznia przy wychodzeniu z będącego jeszcze w biegu pociągu — nasuwają dziwne refleksje. To też zaproponowany mi przez p. D-ra Med. Kopczyńskiego, Naczelnika Wydziału, do obrobienia temat, podany w nagłówku, przed Szanownymi Słuchaczami rozwijam.

W omawianej kwestji rozesłałem kwestjonarjusz do 236 średnich zakładów naukowych Kuratorjum Okręgu Szkolnego Warszawskiego; ogółem odpowiedzi na kwestjonarjusz przyszła 71 tych zakładów (30%): 42 — dotyczących uczniów i 29 — dotyczących uczenic, co stanowi 59,1% i 40,9%; Warszawa udzieliła odpowiedzi z 30 uczelni (42,3%), prowincja z 41 (57,7%); państwowe zakłady naukowe nadesłały odpowiedź z 27 zakładów (38,1%), prywatne z 44 (61,9%), na gimnazja przypada 67 zakładów (94,4%) i 4 na seminarja nauczycielskie (5,6%). Tym wszystkim kolegom za uwzględnienie mej prośby niech wolno mi będzie na tem miejscu wyrazić najserdeczniejsze podziękowanie.

W tych 71 przybytkach wiedzy kształciło się w roku szkolnym 1924/25 17 006 młodzieży płci obojga, a mianowicie: 11163 uczniów (65,6%) i 5843 uczenice (34,4%), dojeżdżało lub dochodziło 1081 młodzieży płci obojga (5,2%), a mianowicie: 838 chłopców (77,5%) i 243 dziewczynki (22,5%).

Dojeżdżało koleją 856 (79,2%) młodzieży, końmi 15 (1,4%), na rowerach 2 (0,2%), dochodziło pieszo 208 (19,2%).

Pieszochodzili z odległości 2—8 kilometrów w jedną stronę, dojeżdżali koleją z odległości 15—49 kilometrów —

(49 kilometrów — 1 uczeń), kołmi z odległości 12 kilometr., na rowerze z odległości 10 i 35 kilometr. (2 uczniów); niektórzy z dojeżdżających koleją musieli od miejsca zamieszkania do stacji kolejowej dochodzić 1—6 kilometr. (6 kilometr. — 1 uczeń); liczba dojeżdżającej lub dochodzącej młodzieży w poszczególnych gimnazjach przedstawia się w cyfrach od 1 do 91; w 17 zakładach naukowych (1 Warszawa i 16 prowincja) — niema dojeżdżających lub dochodzących.

W drodze spędza:

po ½ godz.	231 (21,3%),	czyli 168 uczn. (15,5%) i 63 uczennice (5,8%)
1 „	415 (38,3%),	„ 332 „ (30,7%) i 83 „ (7,6%)
2 „	311 (29%),	„ 236 „ (22%) i 75 „ (7%)
3 „	102 (9,4%),	„ 87 „ (8,1%) i 15 „ (1,3%)
4 „	22 (2%),	„ 15 „ (1,3%) i 7 „ (0,7%)

Traci na czekanie:

po ½ godz.	378 (35%),	czyli 250 „ (23,2%) i 128 „ (11,8%)
1 „	267 (24,7%),	„ 209 „ (19,3%) i 58 „ (5,4%)
2 „	155 (14,4%),	„ 130 „ (12%) i 25 „ (2,4%)
3 „	46 (4,2%),	„ 22 „ (2%) i 24 „ (2,2%)
4 „	7 (0,6%),	„ 3 „ (0,2%) i 4 „ (0,4%)
0 „	228 (21,1%),	„ 224 „ (20,7%) i 4 „ (0,4%)

Niektórzy uczniowie (9) i niektóre uczennice (10) po przyjeździe koleją czekają zrana 1½ godz. na chwilę rozpoczęcia lekcyj.

Na pytanie, jak młodzież spędza czas czekania, dało odpowiedź 45 uczelni, nie dało odpowiedzi 26.

Czas czekania spędzają przeważnie na stacji kolejowej lub w wagonach kolejki podjazdowej, niewielu (70 działwy) — w gimnazjum, gdzie się uczą, czytają, bawią się lub odpoczywają po lekcjach, idą do rodziny lub uczennice do koleżanek, jedzą obiad, załatwiają sprawy powierzone przez rodziców; na stacji — rozmawiają z kolegami, czytają humorystykę, Stadjon, powieści, dziewczynki robią robótki, odrabiają lekcje, bawią się, spacerują w poczekalni lub przeważnie pod gołym niebem, przechadzając się koło plantu kolejowego, śpią, stoją, gapią się, większość siedzi beczynnie przeważnie ze względu na warunki otoczenia i nieuniknione zmęczenie raczej umysłowe niż fizyczne. Gdzie i jak uczeń spędza czas, jest to sprawa ży-

wotna, jeżeli ma być mowa o zbawiennem dla wszystkich świeżem i czystem powietrzu, najważniejszy bowiem środek walki z gruźlicą, jako podniesienie odporności organizmu przez harce i zabawy na słońcu i wolnem powietrzu został tutaj z braku na to czasu zaniechany. A sfera otoczenia? Z nią się liczyć trzeba w młodym wieku, kiedy rozważa jest słabo rozwinięta, a za to siła wyobraźni wielka.

Idzie spać (przeważna większość podała w całych godzinach):

o godz.	6	wieczorem	2	młodzieży,	czyli	2	chłopców	i	—	dziewcz.
"	7	"	7	"	"	5	"	2	"	"
"	8	"	70	"	"	56	"	14	"	"
"	9	"	212	"	"	176	"	36	"	"
"	10	"	433	"	"	329	"	104	"	"
"	11	"	272	"	"	215	"	57	"	"
"	12	"	74	"	"	50	"	24	"	"
"	1	"	11	"	"	5	"	6	"	"

Wstaje:

o godz.	3 $\frac{1}{2}$	rano	2	młodzieży,	czyli	2	chłopców		
"	4	"	1	"	"	—	"	1	dziewczynka
"	4 $\frac{1}{2}$	"	9	"	"	8	"	1	"
"	5	"	179	"	"	143	"	36	"
"	5 $\frac{1}{2}$	"	317	"	"	256	"	61	"
"	6	"	355	"	"	264	"	91	"
"	6 $\frac{1}{2}$	"	146	"	"	121	"	25	"
"	7	"	72	"	"	44	"	28	"

Śpi:

5	godz.	7	młodzieży,	czyli	4	chłopców	i	3	dziewczynki
5 $\frac{1}{2}$	"	2	"	"	2	"	—	"	"
6	"	32	"	"	12	"	20	"	"
6 $\frac{1}{2}$	"	60	"	"	36	"	24	"	"
7	"	102	"	"	56	"	46	"	"
7 $\frac{1}{2}$	"	213	"	"	199	"	14	"	"
8	"	275	"	"	225	"	50	"	"
8 $\frac{1}{2}$	"	116	"	"	104	"	12	"	"
9	"	136	"	"	108	"	28	"	"
9 $\frac{1}{2}$	"	65	"	"	46	"	19	"	"
10	"	67	"	"	44	"	23	"	"
11	"	2	"	"	1	"	1	"	"
11 $\frac{1}{2}$	"	1	"	"	1	"	—	"	"
12	"	3	"	"	—	"	3	"	"

Kładzie się spać o godz. 11 wiecz. i później 357 młodzieży (33%), t. j. 270 chłopców (25%) i 87 dziewczynek (8%); wstaje o godz. 6 rano i wcześniej 863 młodzieży (79,8%), t. j. 673 chłopców (62,3%) i 190 dziewczynek (17,5%); śpi mniej niż 8 godzin 416 młodzieży (38,4%), t. j. 309 chłopców (28,6%) i 107 dziewczynek (9,8%).

W walce życiowej uczestniczyć musi cały człowiek: jego ciało, jego serce, jego mózg; niewyczasowanie z góry przesądza o wynikach w tej walce, najlepszy bowiem środek — sen, wzmacniający krew, mięśnie nerwy, został sponiewierany; w takim razie jednostki nie może cechować duch pogodny i nieustraszony, pełnia życia, bujny rozkwit; nie da się zauważyć hart i tężyzna ciała i ducha; nie do pomyslenia sprawność fizyczna i umysłowa, zdrowy kwitnący wygląd.

Na kontyngent uczniów się składa:

a) sfera inteligentna, która daje:

452 młodz. (41,8%), t. j. 299 chłop. (27,7%) i 153 dziew. (14,1%);

b) klasa robotnicza:

367 młodzieży (33,9%), t. j. 284 chłopców (26,3%) i 83 dziewcz. (7%);

c) stan chłopski:

262 młodzieży (24,2%), t. j. 255 chłopców (23,6%) i 7 dziewcząt (0,6%);

Akcydencja frapująca: polska dusza w polskim ciele i w polskiej sukmanie, jak powiedział Lenartowicz; z zestawienia wypływa wiara w polskiego inteligenta, w polskiego chłopca i polskiego robotnika.

Wiek dojeżdżających:

w wieku lat	9 dojeżdża	6 młodzieży, t. j.	6 chłopców i	— dziewczynek
10	"	27	"	19 " 8 "
11	"	90	"	69 " 21 "
12	"	103	"	74 " 29 "
13	"	105	"	79 " 26 "
14	"	128	"	97 " 31 "
15	"	166	"	135 " 31 "
16	"	176	"	144 " 32 "
17	"	132	"	99 " 33 "

w wieku lat	18	dojeżdża	85	młodzieży, t. j.	65	chłopców i	20	dziewczynek
	19	"	31	"	22	"	9	"
	20	"	19	"	16	"	3	"
	21	"	9	"	9	"	—	"
	22	"	4	"	4	"	—	"

Klasa dojeżdżających:

z klasy wstępnej dojeżdża	9	młodzieży, (0,8%)	t. j.	6	chłopców (0,5%)	i	3	dziew. (0,3%)
.. I	128	.. (11,8%)	..	97	.. (8,9%)	i	31	.. (2,9%)
.. II	148	.. (13,6%)	..	108	.. (9,9%)	i	40	.. (3,7%)
.. III	160	.. (14,8%)	..	131	.. (12,1%)	i	29	.. (2,7%)
.. IV	182	.. (16,8%)	..	141	.. (13%)	i	41	.. (3,8%)
.. V	177	.. (16,3%)	..	152	.. (14%)	i	25	.. (2,3%)
.. VI	150	.. (13,8%)	..	109	.. (10%)	i	41	.. (3,8%)
.. VII	80	.. (7,4%)	..	61	.. (5,6%)	i	19	.. (1,8%)
.. VIII	47	.. (4,3%)	..	33	.. (3%)	i	14	.. (1,3%)

Stan zdrowotny dojeżdżających:

z gruźlicą	16	młodz. (1,4%)	t. j.	9	chl. (0,8%)	i	7	dziew. (0,6%)
podejrzanych na gruźlicę	16	.. (1,4%)	..	7	.. (0,6%)	i	9	.. (0,8%)
nerwowych	18	.. (1,6%)	..	6	.. (0,5%)	i	12	.. (1,1%)
anemicznych	223	.. (20,6%)	..	100	.. (9,3%)	i	123	.. (11,3%)
różne cierpienia wewnętrzne	86	.. (7,9%)	..	48	.. (4,4%)	i	38	.. (3,5%)
zdrowych	722	.. (66,7%)	..	668	.. (61,8%)	i	54	.. (4,9%)

W roku 1921 zdarzył się fakt śmierci ucznia z powodu jazdy: bieg pociągu jeszcze na stacji, wychodzenie z wagonu, upadek, zapalenie mózgu, exitus letalis. Wzrokowo narzuca się fakt, który nie zbłądził jeszcze pod strzechy, a który przenosi w krainę wrażeń i przeżyć nigdy niezapomnianych: większość uczenic niezdrowa.

Postępy dostateczne ma 430 młodzieży (39,7%): t. j. 301 chłopców (27,8%) i 129 uczenic (11,9%).

Postępy niedostateczne ma 651 młodzieży (60,2%), t. j. 537 uczniów (49,6%) i 114 uczenic (10,6%).

Wyczyn nienajlepszy, a inny być nie mógł, boć tu wpływ wywiera i przejazd, i zdrowie, i wywczas, i odżywianie, pomijam tutaj warunki domowe, wpływ wojny, pogląd zaś na zdolności zbyt rozciągliwy. Ławirując w tym labiryncie poglądów, naliczylbym z liczby 651 uczniów o stopniach niedostatecznych 188 (28,8%) zdolnych młodzieży płci obojga, t. j. 145 chłopców zdolnych (22,2%) i 43 dziewczynek zdolnych (6,6%); ściśle ex professo traktować trudno: wszak liczyć się należy z cyfrą, jaką wychowanek podaje, ile czasu, nie włączając lektury, zużywa na naukę w domu, a cyfry te są następujące:

1 godzinę uczy się 4 chłopców	
2 godziny „ „ 18 „	i 9 dziewczynek
3 „ „ „ 35 „	i 6 „
4 „ „ „ 21 „	i 9 „
5 „ „ „ 9 „	i 3 dziewczynki
6 „ „ „ 2 „	i 3 „
7 „ „ „ 2 „	i — „

Dane — z gimnazjów Skierniewickich, inne gimnazja nie podały, ile godzin uczy się młodzież w domu. Wogóle opinie o zdolności wydało 36 gimnazjów (50,7%), t. j. 25 męskich (35,2%) i 11 żeńskich (15,5%), co wskazuje na pewną powściągliwość, na wyraźne skrupuły w ocenianiu zdolności.

Z powodu jazdy ma postępy niedostateczne 105 młodzieży płci obojga (16,1%), czyli 81 chłopców (12,5%) i 24 uczenic (3,6%). Określenie jednak niedostateczności z powodu jazdy, to kwestja zawiła, co wypływa z odpowiedzi na stawiane w tym sensie pytanie: np. „określenie takie jest b. trudne“, „nie umiem określić“, „obliczyć nie mogłem“, „stwierdzić dokładnie niepodobna“, „nie można ustalić“, „nie wiadomo“, „przypuszczać należy, że u innych (u 2-ch z pewnością) jazda ma wpływ ujemny na postępy w nauce“, „jazda stanowi pełną przeszkodę“, „jazda nie wpłynęła na wyniki niedostateczne w nauce“. Odpowiedzi w stosunku do tego punktu udzieliło 29 gimnazjów, t. j. 20 męskich (28,1%) i 9 żeńskich (12,7%).

O zachowaniu się młodzieży podczas przejazdu udzieliło odpowiedzi 37 zakładów naukowych (52%), t. j. 26 męskich (36,5%) i 11 żeńskich (15,5%). Odpowiedzi te są bądź obojętne: „nie wiemy“, „nie mogę odpowiedzieć“, „rozmaite“, bądź z opinią dodatnią: zachowanie się „wzorowe“, „bez zarzutu“, „b. dobre“, „poprawne“, „część uczniów zachowuje się wzorowo, pozostałych zachowanie się bliżej nieznanie, skarg ze strony publiczności i władz nie było“; co zaś do dziewczynek, to ich zachowanie się „spokojne“, „bez zarzutu“, albowiem dziewczynki spokojniejsze od chłopców, „czytają nowelki“, „wyglądają oknem“; z opinią ujemną o chłopcach: „1 uczeń w czasie przejazdu wyskrobał stopień w dzienniku“, „nieodpowiednie dla ucznia (gra w karty, palenie papierosów)“, „nieraz b. niegrzeczne, nieprzyzwoite, hałaśliwe, niesforne“, „była je-

dną skargą na niewłaściwe zachowanie się ucznia kl. IV", „czasami bójki", „niezbyt kulturalne", „młodszy zachowują się często niesfornie, starsi flirtują", „naganne: uczniowie zwłaszcza starsi zachowywali się niemożliwie, np. śpiewali najwyuzdańsze piosenki, nie krępując się, że razem z nimi jechali młodszy uczniowie i uczennice gimnazjum żeńskiego": snąc zapomnieli o favete linguis. Fakty przytoczone są nietylko ciekawe, ale i pouczające, nawet trochę — przykre; pouczające, gdyż zmuszają do podwojenia czujności nad kształceniem zalet charakteru.

Z ocenami ze sprawowania:

niedostatecznymi 6 młodzieży płci obojga	(0,5%)	t. j. chłopcy 6	(0,5%)	
dostatecznymi 48	„ „ „ (4,4%)	„ 48	(4,4%)	
z dobrymi 334	„ „ „ (30,8%)	„ 308	(28,4%) i dziewcz. 26	(2,4%)
z b. dobrymi 693	„ „ „ (64,1%)	„ 476	(44,1%) i „ 217	(20%)

O wpływie jeżdżenia na charakter ucznia dało odpowiedź 42 zakładów naukowych (59,1%), t. j. 26 męskich (36,6%) i 16 żeńskich (22,5%). Wpływ dodatni stwierdzają 3 uczelnie: „uczniowie są bardziej energiczni, śmiały, zaradni i pracowici", „przejazdy wpływają na wyrobienie samodzielności", „dojazd b. męczy, ale wyrabia samodzielność", „inteligencję"; wpływ indyferentny — zdanie 9 gimnazjów, i 12 odpowiedzi o treści np. „pytanie, na które wątpię, czy lekarz może sumiennie odpowiedzieć" w braku osobistej obserwacji przyjeżdżających, „trudno dać odpowiedź ogólną, należałoby każdą omawiać osobno", „zbyt trudno wypowiedzieć się", „nie możemy na to odpowiedzieć", „nie da się stwierdzić", „niewiadomy", „ujemny i dodatni: pod pewnymi względami ujemny: rozleniwia, sprzyja przyswajaniu złych skłonności pod wpływem rozmów w wagonie, usłyszanych lub prowadzonych z kolegami; względy dodatnie: wyrabia punktualność, samodzielność, zaradność", „na jednego ucznia wywiera jeżdżenie ujemny wpływ, a na pozostałych nie wywiera wpływu", „chodzenie nie oddziałuje ujemnie na stan zdrowia, postępy, sprawowanie i charakter ucznia"; „dojeżdżanie wpływu ujemnego niema"; 18 gimnazjów kategorycznie wypowiada się za wpływem ujemnym: „wpływ niepożądany (opinia wychowawców)", „ujemny na system nerwowy: uczniowie przemęczeni z powodu krótkiego snu", „naogół wyrabia samodzielność, lecz zmniejsza karność", „zauważa się

zmęczenie", „pozostaje bez zmiany na charakter, jedyny wpływ widoczny — zmęczenie, a zatem niedostateczna uwaga i osłabienie", „jeżdżenie wywiera wpływ przeważnie ujemny (bezczyne wyczekiwanie i nieodpowiednie zachowanie się niektórych uczniów podczas jazdy", „dojazdy często są fatalne", „zawsze ujemny", „niepokój, przygnębienie, wyczerpanie, zdenerwowanie", „strata czasu", „nadszarpanie zdrowia". Wpływ ujemny na zdrowie, na postępy w nauce, na moralność ucznia, na charakter, jako na właściwy, pewny, wybitny, z całą świadomością utrzymany kierunek woli człowieka. A każdy człowiek jako członek społeczeństwa przedstawia pewną wartość, wartość siły moralnej i fizycznej, a będąc również szczeblem w pochodzie pokoleń tylko swem zdrowiem gwarantuje utrzymanie tego pokolenia w stanie zdrowym. Obowiązkiem przeto społeczeństwa roztoczyć opiekę nad zdrowiem swych członków, w danym wypadku nad zdrowiem uczącej się młodzieży przez zakładanie burs, internatów i t. p. — realny projekt zaradzenia złu, obliczony na dalszą metę. Dla innych, którzy z rozmaitych powodów mimo istnienia burs będą dojeżdżali do zakładów szkolnych, jako środek prowizoryczny ustanowienie stałej opieki w czasie przejazdu przez urządzenie np. specjalnego pociągu lub wagonu z ławkami, z pulpitemi. Taki pociąg kursował przed wojną światową pomiędzy Warszawą a Skierkiewiczami, w którym młodzież znajdowała się stale pod opieką wyznaczonego ad hoc wychowawcy. Albo przez wyznaczenie drogą właściwą jednego z funkcjonariuszy pociągowych do pilnowania jeżdżącej młodzieży szkolnej. Jako środek pedagogiczny — uświadamianie rodziców, np. na konferencjach rodzicielskich, że dojeżdżanie jest krzywdą dla dzieci, przez marnowanie czasu i zdrowia, boć życie jest walką, do której potrzeba sił — tylko silny zwycięża, a siły daje zdrowie fizyczne i duchowe, zdrowia tego zaś potrzeba, gdy chodzi o ludzi o silnych charakterach, bystrych umysłach, zahartowanych mięśniach. Środek administracyjny — nie przyjmowanie ucznia do gimnazjum z innych miejscowości, gdzie szkoła jest na miejscu. W uchybieniu tym postulatami Pitagorasowe nil admirari wystąpi w całej pełni. Brak burs jest chorobą społeczną, która jako

taka jest często daleko posuniętym stanem choroby biologicznej, gdzie często niestety ingerencja lekarza niewiele pomóc może, gdyż przyczyny tych chorób, np. pod postacią warunków usposabiających (warunki społeczne, rodzaj pracy) lub bezpośrednio przyczyny (szkodliwości fizyczne, moralne) nie zawsze mogą być usunięte. Ostatnie szkolne wypadki wileńskie dowodzą, że hasło moralnego wychowania społeczeństwa musi się stać górującem w całym naszym życiu społecznym, a więc i młodzieży; to pojęcie Pan Prezydent Rzeczypospolitej ujął w aforyzmie, że nasza Rzeczpospolita będzie tyle warta, ile będą warci składający ją obywatele; wartość zaś ludzi mierzy się zasadami moralnemi.

Relacja ta doprowadziła autora do apodyktycznego twierdzenia, że dojeżdżający uczniowie nie mają możności korzystania z normalnych warunków nauki szkolnej. Dla optymistycznych na tę rzecz się zapatrujących, dla utrzymujących, że z przesłanek negatywnych nie można wyciągać wniosków, podałbym nie Cyceronowe *hic haeret aqua*, lecz zasadę — *ex umbra in solem*, sprawozdawca bowiem niema pretensji do tego, by scharakteryzować całość, lecz dać fragmenty życia miejscowego, a czy są one ujęte wyczerpująco i jaki stanowią przyczynek do poznania nowego działu, zdaniem mojem, interesującego, wyjaśnić będzie mogła ewentualna dyskusja nad relacją, wola bowiem mądrej opinii jest olbrzymią, potężną bronią i z nią się liczyć każdy będzie, tem bardziej, jeżeli chodzi o placówkę dobrej pracy wychowawczej, jaką jest bursa; w podobnem zaś poczynaniu nie pesymizmu, przygniatającego jak zmora i nie zgorzkniałej rezygnacji, lecz potrzeba zapału, otuchy i dobrego w pracy optymizmu, boć tu idzie o fizycznie i intelektualnie dzielne plemię, o jednostki, któreby się odznaczały wyższego znaczenia moralnemi i psychologicznemi momentami żywota, a w takich razach uderzenie w dzwon alarmowy nie zawadzi w celu skoordynowania działań: trzeba wciąż poznawać życie.

Dr. med. S. Szuman, Poznań.

Uczniowie dojeżdżający w szkołach średnich pod względem zdrowia, postępów w nauce i zachowania się.

Temat powyższy został już tak wyczerpująco opisany w pracy kol. Ossowskiego, że ograniczam się do zupełnie krótkiego streszczenia wyników ankiety przez nas w Okręgu Szkolnym Poznańskim rozesełanej.

Otrzymaaliśmy odpowiedzi o 2141 uczniach, to znaczy, że opieramy się na znacznie mniejszym materiale liczbowym niż ten, którym rozporządza kol. Ossowski.

1) Warunki ogólne.

- a) Ilość uczn. doj.: Uczniów dojeżdżających na 2141 jest 398 czyli prawie jedna piąta, a zatem znacznie więcej niż w okręgu warszawskim. Tłumaczy się to tem, że doskonała komunikacja w Poznańskim ułatwia dojeżdżanie do szkół.
- b) Wyjazd: Między godz. 5—6 wyjeżdża z domu 12% uczn. doj. — między godz. 6—7 wyjeżdża 60% uczn. doj. Uczniowie ci wstają zatem przeważnie bardzo rychło.
- c) Powrót: Po godz. 15-ej powraca do domu 50% uczn. doj.; po godz. 16-ej — 22%; po godz. 17-ej — 16%; po godz. 18-ej — 1,5%; po godz. 19-ej — 3%. Uczniowie niektórzy wracają zatem bardzo późno do domu.
- d) Pobyt między podróżą a nauką w szkole. 6,5% uczn. doj. niema pomieszczenia w szkole lub u krewnych i wałęsa się po ulicy lub siedzi na dworcu.
- e) Śniadanie: 1% uczn. doj. nie otrzymuje przed wyjazdem w domu ciepłego śniadania.
- f) Obiad: Po godz. 16-ej je obiad — 26% uczn. doj.; po godz. 17-ej — 11% uczn. doj., po godz. 18-ej — 10% uczn. doj.; po godz. 19-ej — 3% uczn. doj. U uczniów dojeżdżających przyjmowanie pokarmów jest zatem we wielu wypadkach zbyt nieregularne i odbywa się w niewłaściwej porze.
- g) Sen: Sypia przeciętnie tylko 7 godz. — 27% uczn. doj.; 6 godz. — 3,2% uczn. doj.; 5 godz. — 0,4% uczn. doj. —

Znaczny procent uczn. doj. sypia zatem mniej niż 8 do 9 godzin.

- h) Droga do i ze szkoły trwa: U 50% uczn. doj. — około 1 godz.; u 20% uczn. doj. — około 2 godz.; u 30% uczn. doj. około $\frac{1}{2}$ godz. — Komunikacja w okręgu poznańskim jest tak dobra, że sama jazda nie trwa nigdy ponad 2 godz. — Trzebaby jednak tu wziąć pod uwagę czas czekania przed lekcjami i po lekcjach i doliczyć go do tu podanych cyfr.

2) Stan fizyczny i zdrowotny uczn. doj.

Kwestjonariusz nasz rozesłaliśmy tylko do tych szkół, w których są czynni lekarze szkolni. Otrzymaliśmy od nich dane o rozwoju fizycznym i zdrowotnym uczniów, które podajemy poniżej. Z tych danych wynika, że naogół nie zauważono różnicy na niekorzyść uczniów dojeżdżających.

- a) przeciętne liczby wagi i wzrostu uczni miejscowych w porównaniu z uczniami dojeżdżającymi, są prawie równe i wykazują tylko wahania, tłumaczące się niewielkim materiałem liczbowym, który obliczono.
- b) Opinie lekarzy szkolnych, dotyczące nerwowości uczniów: przeważa cokolwiek liczba odpowiedzi na niekorzyść uczniów miejscowych. Widocznie dojeżdżanie w pewnej mierze hartuje przez wysiłki i związany z niem ruch. Poza-tem uczniowie dojeżdżający w Okr. Pozn. rekrutują się przeważnie ze sfer włościańskich, które naogół są odporniejsze i mają więcej tężyzny fizycznej.
- c) Zdrowotność uczn. dojeżdżających i miejscowych jest według obliczeń nadesłanych przez lekarzy szkolnych prawie równa.
- d) Dni nieobecności w szkole przypada na uczn. doj. 3,7 w roku — na uczn. miejsc. 3,8 dni w roku.

Dojeżdżanie nie wpływa zatem, przynajmniej przy dobrych warunkach komunikacji w Poznańskim, na powiększenie ilości dni opuszczonych.

3) Postępy uczniów w nauce.

- a) Podzielono uczniów na pięć grup podług świadectw otrzymanych na Boże Narodzenie 1924 r. (Najlepsza grupa I — najgorsza V).

Do grupy	I	II	III	IV	V	należy uczniów		
dojeżdżających	13	20,6	25	20,4	16	brak odpowiedzi	5%	uczn.
miejscowych	14,8	17,4	21,7	19,9	15,6	" "	10,6%	"

Podług tego zestawienia niema zatem różnicy w postępach między uczn. doj. i miejsc.

b) Nie otrzymało promocji w lipcu 1924 r.:

Uczn. doj. 20%.

Uczn. miejsc. 16,2%.

Uczniów dojeżdżających, którzy nie otrzymali promocji jest zatem o 3,8% więcej niż uczn. miejsc. Jest to bądź co bądź dosyć obiektywna i charakterystyczna cyfra.

c) Opinia nauczycieli (gospodarzy klas) o u w a d z e podczas lekcji nie przemawia na niekorzyść uczni dojeżdżających. Przygotowanie na lekcje uczn. dojeżdżających jest według ich opinii gorsze niż u uczn. miejsc.

4) *Zachowanie się i moralność uczn. doj.*

Opinia dyrektorów i nauczycieli o zachowaniu się uczn. doj. w szkole i o ich wartości moralnej jest naogół dobra. Uczniowie dojeżdżający według zdania wielu pedagogów rekrutują się ze zdrowych moralnie sfer włościańskich. Rodzice dzieci z tych sfer wysyłają do szkół naogół tylko dzieci najzdolniejsze. Ilość kar, które wymierzono ucz. doj. jest mniejsza niż u uczn. miejsc.

Dla uczn. doj. przypada 1 kara na 2,4 uczn. rocznie.

Dla uczn. miejsc. przypada 1 kara na 1,7 uczn. rocznie.

5) *Streszczenie i postulaty.*

Badania nasze mają oczywiście wartość względną, bo materiał jest niewielki i odpowiedzi na ankiety bywają zwykle niedosyć ściśle. Za ścisłością zebranych przez nas dat przemawia jednak właśnie ich „neutralność“, to jest brak jaskrawych i niedostatecznie tłumaczących się różnic. Z cyfr naszych wynika jednak, że więcej uczn. doj. nie otrzymało promocji (20%), że czas snu jest naogół niedostateczny, pora odżywiania niewłaściwa, korzystanie normalne z nauki szkolnej utrudnione. Poza to, mimo cyfr, utrzymujemy, że wpływ ulicy, dworca, braku dozoru podczas podróży, przed nią i po niej, jest

moralnie ujemny. Uczniowie dojeżdżający żyją w warunkach specjalnych, nienormalnych. Wychowanie powinno się liczyć z tem, tem więcej, że uczniowie dojeżdżający tworzą duży odsetek (20% w Okr. Pozn.) uczącej się młodzieży. Pedagog powinien znać wszystkie potrzeby młodzieży, którą wychowuje.

Dla ucni dojeżdżających potrzeba:

- 1) Dogodnych pociągów. — Między Min. Oświaty a Min. Kolei potrzebne w tej sprawie porozumienie.
- 2) We wszystkich szkołach, w których jest ponad pięciu uczniów dojeżdżających, powinny powstać pracownie opalone zimą, odpowiednio urządzone, pod dozorem pedagoga i korzystanie z nich aż do odjazdu pociągu powinno być obowiązkowe.
- 3) Dla ucni wracających późno do domu szkoły powinny zorganizować przy bursach, resp. u woźnego szkoły, albo w kuchni szkolnej, jeżeli istnieje, ciepłe a tanie i skromne posiłki po nauce szkolnej.
- 4) Zarówno na dworcach jak w pociągach powinna młodzież korzystać z opieki specjalnej, a nawet pewnego nadzoru urzędników kolejowych. Młodzież powinna podróżować w grupach, ale niekoniecznie w osobnych wagonach i przedziałach, osobno młodzież męska i żeńska.
- 5) Dojeżdżanie powinno się stać wyjątkiem, niedopuszczalnym dla ucni zbyt daleko mieszkających i mających niedogodne warunki dojazdu. W tym celu ilość dobrze prowadzonych burs i pensjonatów należałoby powiększyć.

Dr. Al. Maciesza, Płock.

Organizacja kąpielisk szkolnych.

Czystość ciała i odzieży ucznia jest podstawą jego zdrowia. Przeto jednym z głównych obowiązków lekarza szkolnego jest czuwanie, aby dźiatwą i młodzieź szkolna utrzymywały swe ciała w naleźytej czystości. Instrukcja dla lekarzy szkolnych w paragrafie 19 głoši: „Lekarz szkolny czuwa, by młodzieź szkolna jak najregularniej kąpała się (kąpieliska szkolne, publiczne) i prowadzi odnośną statystykę w książce sanitarnej”.

Niestety, wykonywanie tej czynności natrafia na olbrzymie przeszkody. Szkoły nasze, poza nielicznymi wyjątkami, nie posiadają w swoich budynkach ani kąpielisk szkolnych, ani najskromniejszych natrysków. W większości miast i miasteczek, nie mówiąc o wsiach, brak jest kąpielisk publicznych, a jeżeli gdzieś gdzie i są one, to ogół ludności unika ich z obawy przed zanieczyszczeniem. W kąpieliskach publicznych bowiem kąpana bywa przymusowo i odwszana najbrudniejsza ludność, pochodząca z dzielnic i domów, w których zaszły przypadki chorób zakaźnych. Urządzenia kąpielowe prywatne, nawet tam gdzie one są rozpowszechnione, a więc w miastach skanalizowanych, jak na przykład Płock, nie są dostępne znacznej większości uczniów, zarówno należących do ubogich rodzin w mieście, jak i licznie przeważających w szkole, pochodzących ze wsi i zamieszkujących ubogie stancje bez urządzeń kanalizacyjnych. W domach cokolwiek zamożniejszych, gdzie są urządzenia kanalizacyjne i wanny, te ostatnie w miesiącach zimowych nie są użytkowane z powodu oszczędności, robionych na opale.

Działwę i młodzież szkolną wdroyć można do regularnego kąpania się tylko w kąpieliskach szkolnych i dobrze urządzo-nych kąpieliskach publicznych.

Wielka wdzięczność należy się władzom higienicznym szkolnym za wywalczenie na drodze ustawodawczej obowiązku budowania natrysków przy budowie każdego nowego gmachu szkolnego, jak to głosi ustawa o budowie publicznych szkół powszechnych z dnia 17 lutego 1922 r. Ta ustawa zaradzi z biegiem czasu powszechnemu brakowi kąpielisk szkolnych, co jest jedną z większych bolączek życia szkolnego. Niestety, szkolnictwo średnie nie posiada takiej ustawy. Pozatem, szkoły średnie państwowe mieszczą się przeważnie we własnych gmachach dawniej wybudowanych, kiedy o kąpieliskach jeszcze nie myślano. Obecnie urządzeniu natrysków w tych gmachach stają na przeszkodzie brak odpowiednich pomieszczeń i brak kredytów. Szkoły państwowe, pomimo że winny być wzorem dla szkół prywatnych, nie mogą się spodziewać rychłego zaspokojenia tej potrzeby z funduszków skarbowych, ze względu

na oszczędności budżetowe. Należy więc zastanowić się nad rychłym zorganizowaniem kąpielisk w inny sposób. O jednym z takich sposobów, zastosowanym w Płocku, pragnę poinformować krótko Szanownych Panów, a może nasz sposób organizacji da się zastosować gdzieindziej.

Przed paru laty, podczas wizytacji Gimnazjum im. Władysława Jagielly w Płocku przez wizytatora p. W. Jezińskiego, poruszyłem sprawę konieczności urządzenia kąpieliska szkolnego w Płocku, ponieważ nie można wdrożyć młodzieży do regularnego korzystania z kąpeli w dotychczasowych warunkach. Będąc przeświadczony, że na ten cel nie będzie można uzyskać dostatecznych funduszy ze Skarbu Państwa w najbliższych latach, podałem projekt urządzenia kąpieliska szkolnego w Płocku drogą składek obowiązkowych, staraniem wszystkich 6-ciu szkół państwowych płockich, a mianowicie: Gimnazjum im. Reginy Żółkiewskiej, Szkoły Przemysłowo-handlowej im. Królowej Kingi, Seminarjum Nauczycielskiego im. Bolesława Krzywoustego i Seminarjum Nauczycielskiego im. Zofji Bukowieckiej, które liczą razem przeszło 2000 uczącej się młodzieży. Pan wizytator gorliwie poparł ten projekt. Utworzono Komitet, w którego skład weszli dyrektorowie, dyrektorki i lekarze szkolni wszystkich szkół, oraz lekarz powiatowy. Na przewodniczącego Komitetu powołano p. M. Olszowskiego, Dyrektora Gimnazjum im. Marszałka Małachowskiego. Przy tem bowiem Gimnazjum znajduje się domek nadający się na urządzenie kąpieliska. Opracowanie planu i roboty powierzono Biuru Technicznemu inż. A. Michalskiego w Płocku. Zakrzątnięto się następnie koło zdobycia wewnętrznych urządzeń kąpieliskowych. Starania w Naczelnym Komisarjacie do walki z epidemjami zawiodły. Dzięki ofiarnej pomocy i wskazówkom technika p. P. Maciejowskiego, rozpoczęto starania koło uzyskania urządzeń kąpielowych, znajdujących się bez użytku w barakach, pozostawionych przez Niemców przy moście w Wyszogrodzie. Komitet zwrócił się z prośbą do Ministerstwa Robót Publicznych o przyznanie tych urządzeń Kąpielisku Szkolnemu w Płocku. Dzięki gorliwemu poparciu sprawy przez Naczelnika Wydziału Higjeny Szkolnej

Dra St. Kopczyńskiego, zapadła decyzja przychylna. Nie było bowiem przeszkód prawnych do przeniesienia urządzeń, będących własnością Państwa, do kąpieliska, zarządzanego w nieruchomości należącej do Państwa i przechodzącego na własność Państwa. W ten sposób uzyskano kocioł parowy, cztery żelazne pontony na rezerwoary do wody ciepłej i zimnej, wannę i sporą ilość rur. W miarę wpływania składek były robione przeróbki w zrujnowanym bardzo budynku, przeznaczonym na kąpielisko. Niestety dewaluacja była ogromną przeszkodą w skutecznieniu tego przedsięwzięcia. Zanim zostały zebrane przez szkoły wyznaczane do wpłacenia składki, traciły one znaczną część swej wartości. Wskutek tego roboty mogły posuwać się bardzo powoli w miarę napływania gotówki, a następnie składki musiały być kilkakrotnie ponawiane i powiększane. Otrzymane w roku 1923 zapomoga Ministerstwa W. R. i O. P. w wysokości 5,000.000 marek oraz 1,000.000 marek ofiarowane przez wojewodę p. Sołtana przyczyniły się do posunięcia budowy naprzód. Obecnie główne roboty są wykonane. Odbywa się teraz malowanie ścian farbą olejną tak, aby kąpielisko mogło być uruchomione z początkiem roku szkolnego.

W ten sposób państwowe szkoły średnie w Płocku doszły własnym wysiłkiem do posiadania wspólnego kąpieliska w postaci natrysków. Mieści się ono w osobnym domku z osobnym niewielkim podwórzem przy Gimnazjum im. Marszałka Małachowskiego. Kąpielisko ma następujące pomieszczenia: poczekalnię i szatnię o powierzchni 32 metr. kwadr., oraz rozbiernię i natryski o powierzchni 67 m. kw., a także kotłownię z niewielkim składem węgla pod podłogą, klozety oraz mieszkanie dla rodziny, która ma obsługiwać kąpielisko. Mieszkanie to ma osobne wejście. Liczba oddzielnych natrysków wynosi około połowy liczby uczących się w jednej klasie, a mianowicie 20. Niezależnie od natrysków są dwie wanny, w oddzielnych przegrodach, dla nauczycielstwa oraz dla dzieci, posiadających pewne dolegliwości lub zбочenia. Natryski rozmieszczono w dwa szeregi, narazie bez przegród. Ściany w pomieszczeniu kąpielowem są wyprawione cementem i olejno ma-

lowane. Podłoga w sali kąpielowej wodotrwała, cementowa, ze spadkiem do kratak ściekowych, któremi spływa woda z natrysków; na podłogę położone są kraty z łąt gładko heblowanych.

Kąpielisko posiada kocioł parowy o niskiem ciśnieniu oraz urządzenia do łatwego i dokładnego regulowania ciepłoty w natryskach przez służbę.

Z kąpieliska korzystać będą zarówno męskie, jak i żeńskie szkoły. Jeden tydzień przeznaczony będzie dla szkół męskich, drugi — dla szkół żeńskich.

Koszta urządzenia kąpieliska wynoszą ogółem około 28000 złotych. Tu wliczona jest także wartość otrzymanych materiałów i urządzeń, które oceniono na 9242 złote. Znaczna część ogólnej sumy jest pokryta. Pozostaje do zapłacenia jeszcze około 6000 złotych.

Z tego wynika, że koszt urządzenia wynosi przeciętnie na jednego ucznia około 15 złotych. Taką sumę może wpłacić łatwo nawet uboższy uczeń w przeciągu 2—3 lat. Wobec tego w każdej miejscowości, gdzie jest parę lub kilka szkół państwowych średnich, można przystąpić do organizacji kąpieliska za przykładem Płocka. Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego przyczynić się może znacznie do pounięcia tej sprawy naprzód chociażby przez wydanie tylko projektów i kosztorysów wzorowych kąpielisk szkolnych. Przez rozesłanie tych projektów do szkół zachęci się niejedną szkołę do urządzenia kąpieliska, a pozatem ułatwi się znacznie budowę kąpieliska szkolnego.

Zestawiając wszystko dochodzimy do następujących wniosków:

- 1) Powszechny brak kąpielisk szkolnych w Polsce jest jedną z większych bolączek życia szkolnego.
- 2) Każdy gmach szkolny powinien posiadać odpowiednie pomieszczenie na kąpielisko.
- 3) W budżetach szkolnych znajdować się powinny odpowiednie sumy na wydatki związane z organizacją i prowadzeniem kąpielisk.

- 4) Do czasu uregulowania tych spraw przez władze państwowe należy przystąpić niezwłocznie do organizacji kąpielisk w każdej miejscowości bądź wspólnym wysiłkiem kilku szkół, bądź wysiłkiem kilku szkół, bądź wysiłkiem poszczególnych szkół, z funduszków zebranych drogą stałych opłat od uczni oraz z innych źródeł.
- 5) Dla ułatwienia sprawy pożądane jest wydanie projektów i kosztorysów wzorowych kąpielisk, opracowanych przez specjalistów.

Dr. K. Mitkiewicz, Warszawa.

Lekarz szkolny, jako wychowawca fizyczny.

Jeszcze nie tak wiele czasu upłynęło od chwili, kiedy lekarz został wezwany do szkoły dla współpracy z pedagogiem nad kształceniem i wychowaniem młodzieży, a zakres jego pracy znacznie się rozszerzył i rozszerza się wciąż w miarę tego, jak zwiększa się dążenie społeczeństw do oświaty i każde dziecko musi przejść przez szkołę, a jednocześnie stwierdza się i u nas i wszędzie na świecie, że do szkoły wchodzi znacznie mniej chorych, niż z niej wychodzi.

Do odwrócenia tego niezbyt dla szkoły pochlebnego stosunku powołany jest lekarz-higjenista. Chcąc pomyślnie wywiązać się z tego wdzięcznego, lecz trudnego zadania, musi on poczuć się odpowiedzialnym za całokształt wychowania fizycznego młodzieży w szkole, wychowania fizycznego w najszerszym tego słowa znaczeniu tak, jak ujmowała „edukację fizyczną” Komisja Edukacyjna, mówiąc o niej, że: „jest to nieprzerwana osnowa starań około dziecięcia, około zdrowia, czerstwości i sił jego, starań stosowanych do pomnażającego się wieku, a zawsze za cel mających uczynić człowieka szczęśliwym i do wykonania powinności zdolnym”.

Tak pojęte wychowanie fizyczne nakłada na lekarza szkolnego obowiązek ścisłego współdziałania z jednej strony ze wszystkimi czynnikami szkolnymi, z drugiej strony z rodzicami lub z opieką domową.

Żaden lekarz-higjenista szkolny nie spełni należycie swego zadania, gdy będzie uważał szkolny gabinet lekarski za wyłączne lub przeważne miejsce swej działalności.

Działalność tę różnorodną i wieloraką postaram się streścić w następujących 5-ciu podstawowych punktach:

1. Czuwanie nad stanem sanitarno-higjennym lokalu i urządzeń szkolnych, zabieganie o ciągle polepszanie i doskonalenie tych urządzeń.

Jest to ważna dziedzina pracy lekarza szkolnego, gdyż powszechnie znaną rzeczą jest zależność zdrowia młodzieży caeteris paribus od warunków higjicznych, w jakich znajduje się szkoła. Jakkolwiek często niestety lekarz jest bezsilny, gdy chodzi o szkoły w lokalach nieodpowiednich, to jednak musi on dążyć do stworzenia nawet najgorszych warunków — znośnych, a z wielu złych wybierać najmniejsze. W każdym razie zawsze winien mieć na uwadze trzy podstawowe wymagania higjenu ogólnej: maximum powietrza, światła i czystości. Oprócz warunków zewnętrznych, w jakich przebywa młodzież w szkole, duże znaczenie higjiczne posiadają i warunki wewnętrzne nauczania, zwłaszcza od czasu, gdy poznano lepiej wpływ stanu fizycznego danego osobnika na jego rozwój umysłowy i moralny. Lekarz szkolny nieraz napotyka sprzeciw ze strony czynników pedagogicznych, uważających go za niepowołanego do wkraczania w tę dziedzinę. Takt, wrodzony umiar wskażą mu jednak zawsze właściwą linię postępowania, a znajomość zasad higjenu nauczania wyrobi mu posłuch należyty. W każdym razie musi on brać udział w układaniu planu zajęć szkolnych, w wyborze dni wolnych od pracy szkolnej, do których w ilości 5-ciu rocznie ma prawo każda szkoła, jednego w tygodniu wolnego od odrabiania lekcyj popołudnia, musi dbać o możliwe odciążenie w pracy domowej i przeciwstawiać się stosowaniu poprawek powakacyjnych, zamaskowanych egzaminów — przepłytywań i t. p.

- 2) Drugi punkt zawiera systematyczne, co pewien czas powtarzane badanie młodzieży w celu wykrywania wad, cierpień,

zboczeń oraz usuwanie ich w miarę możliwości, a w każdym razie zapobieganie dalszemu ich rozwojowi.

Ustrój dziecka jest wrażliwy na cały szereg cierpień, które mogą zwolnić jego wzrastanie i spaczyć rozwój fizjologiczny. Zwłaszcza okres szkolny jest wybitnie podatny dla powstawania pewnych wad, schorzeń, które zawczasu zauważone i odpowiednio potraktowane mogą być usunięte, a w każdym razie powstrzymane, ale nierozpoznane i zaniedbane stają się później cierpieniem poważnym, wykolejającym człowieka i podrywającym wszelką jego odporność.

Lekarz szkolny powinien je odkryć możliwie jak najwcześniej i starać się stłumić w zarodku.

Do tego celu prowadzą systematyczne badania, powtarzane co pół roku, z jednoczesnym wypełnianiem indywidualnej karty zdrowia. To szczegółowe badanie pozwala lekarzowi podzielić młodzież na 3 kategorie:

1) zdrowych, u których stan zdrowia nie wykazuje żadnych uchwytnych odchyłań od normy, 2) podejrzanych i wykazujących rozmaite zaburzenia czy to w ogólnym stanie, czy też w pewnych narządach, wreszcie 3) chorych.

Pierwsza kategoria nie nasuwa żadnych kłopotów lekarzowi szkolnemu, chyba że jednostki wśród nich będą musiały być zbadane dodatkowo z powodu jakiej choroby, przebytej w międzyczasie, lub na zasadzie wskazówek kogoś z personelu nauczycielskiego albo opieki domowej.

Druga kategoria musi być przedmiotem troskliwej opieki higieniczno-lekarskiej: młodzież, należąca do niej trzeba badać częściej stosownie do potrzeby, o wynikach badań musi być zawiadamiana z jednej strony opieka domowa, z drugiej strony — wychowawcy. Bardzo często, zwłaszcza w wypadkach poważniejszych, nie można poprzestawać na piśmiennym zawiadomieniu rodziców, ale należy wzywać ich do szkoły, by osobiście omówić z nimi stan zdrowia ich dziecka, uzyskać bliższe dane anamnestyczne, skierować do specjalisty, udzielić wskazówek higienicznych i dietetycznych. Karty zdrowia młodzieży

tej kategorii są specjalnie oznaczane, dla ułatwienia ich odnalezienia, a jednocześnie b. celowe jest prowadzenie notatnika, gdzie w listach klasowych obok nazwiska ucznia w jednej z rubryk, odpowiadających rubrykom karty zdrowia, lekarz notuje tylko dane wady, zaburzenia lub podejrzenia, a pozostawia wolne rubryki, dotyczące narządów normalnych. Przez prowadzenie w ten sposób list klasowych lekarz ma w swych rękach ster opieki higieniczno-lekarskiej nad uczniami tej kategorii, może każdej chwili przekonać się, jak przedstawia się obecnie stan zdrowia tego lub owego ucznia, czy i o ile wskazówki oraz polecenia są spełniane, czy nie należy przenieść go do pierwszej lub trzeciej kategorii.

Trzecia kategoria — chorzy — najczęściej muszą być aż do czasu wyleczenia usuwani ze szkoły, a w każdym razie znajdować się pod stałą opieką lekarską; powrót ich do szkoły może mieć miejsce z wiadomością i za zgodą lekarza szkolnego.

Oczywiście, mówiąc o badaniu, o wykrywaniu wad, cierpień, mam na myśli nie tylko badanie stanu fizycznego, ale i zwracanie uwagi na stan psychiki, co ma również ogromnie ważne znaczenie dla całokształtu wychowania fizycznego.

Poza systematycznym badaniem indywidualnym należy stosować dorywczo, najlepiej w obecności wychowawcy, masowe oględziny młodzieży, mające na celu przekonanie się o czystości ciała (rąk, nóg, szyji, uszu, głowy), zębów, bielizny, o stanie skóry (łuszczyca, liszaj, świerzb, stan nerwów naczynioruchowych), spojówek (jaglica), o podstawie, o sposobie oddychania. Częste, a nieuprzedzane oględziny z jednej strony pozwalają lekarzowi lepiej poznać młodzież, nieraz udzielić uwag i wskazówek higienicznych, często zapobiegają udzielaniu się chorób zaraźliwych, z drugiej strony — zmuszają młodzież i pośrednio opiekę domową do ciągłej dbałości o czystość i schludność, co też jest poważnym czynnikiem wychowawczo-kulturalnym.

3) Trzeci punkt zawiera inicjowanie i organizowanie wespół z czynnikami społecznymi dożywiania, burs, świetlic, kąpielisk, poradni lekarskich podług specjalności,

kolonij lub półkolonij letnich, obozów dla młodzieży szkolnej.

Lekarz szkolny podczas badań indywidualnych i oględzin, jak również drogą porozumiewania się z wychowawcami i opieką domową ma możność i obowiązek zaznajamiania się z warunkami, w których mieszka, pracuje, odpoczywa, odżywia się młodzież, i oddziaływania na opiekę domową w kierunku możliwej poprawy tych warunków pod względem higienicznym. W szkołach powszechnych w niektórych większych miastach lekarzowi pomagają w tym zakresie higienistki szkolne, które między innymi obowiązkami muszą nawiązywać ścisły kontakt z opieką domową zwłaszcza tych dzieci, które wykazują pewne wady, cierpienia i zaniedbanie.

Jeżeli warunki, w których żyje młodzież w szkole wywierają, jak o tem już mówiłem, duży wpływ na ustrój młodociany, to o wiele poważniejsze znaczenie ma otoczenie domowe, nic też dziwnego, że wychowawca fizyczny musi je poznać i w miarę możliwości dążyć do ich poprawy. Zresztą postępuje w ten sposób każdy lekarz w stosunku do swoich pacjentów, chcąc zapewnić większą skuteczność swoich zabiegów leczniczych. Niestety w większości wypadków, jak lekarz, tak i lekarz-higienista szkolny są jednakowo bezsilni, a rady ich i zamierzenia jednostkowe — bezowocne.

Jeżeli chodzi o teren szkolny, to wtedy któż jak nie lekarz powinien zainicjować i wezwać do wspólnej pracy gromadę? Czy to będą ci sami rodzice, zespoleni w „Koło opieki“, czy instytucje oraz organizacje opiekuńcze i samopomocy, czy władze samorządowe, czy państwowe — winny być zainteresowane i wciągnięte do zorganizowania takich ważnych pod względem higieniczno-społecznym i wychowawczym instytucyj, jak bursy, świetlice, dożywianie, kąpieliska, poradnie lekarskie podług specjalności, kolonje letnie i półkolonje, obozy. Lekarz higienista szkolny z racji swego stanowiska i zawodu będzie brał czynny udział w urządzaniu wymienionych instytucyj, a funkcjonowanie ich nie może się odbywać bez kontroli fachowej z jego strony, jako odpowiedzialnego wychowawcy fizycznego powierzonych jego opiece młodzieży.

4) Czwarty punkt zawiera propagandę zasad higieny osobistej i społecznej wśród młodzieży i rodziców.

Była to jedna z najpoważniejszych racyj wprowadzenia lekarza do szkoły i od tego działu pracy żaden lekarz-higienista nie może siebie rozgrzeszać.

Najrozmaitsze są sposoby i środki tej propagandy i we wszystkich dotychczas wyszczególnionych działach pracy lekarza szkolnego jest szerokie pole do uświadomienia higienicznego w szkole i poza szkołą.

Nadzór nad stanem sanitarno-higienicznym lokali i urządzeń szkolnych może służyć do szerzenia zasad higieny i wdrażania do nich młodzieży praktycznie — na przykładzie; oględziny masowe i badania systematyczne oraz porozumiewanie się z opieką domową pozwala lekarzowi zwrócić uwagę na niewłaściwości pod względem higienicznym, na błędy dietetyczno-wychowawcze, pozwala osiągnąć drogą wyjaśnień, tłumaczeń, podporządkowanie się młodzieży, jak również rodziców, słusznym i osiągalnym wymaganiom szkoły, a co zatem idzie wdrażenie młodzieży do „nałogów“ higienicznych, wreszcie akcja w szerszym zakresie higieniczno-społecznym daje ciągłe pole do uświadamiania o ważności dla zdrowia i normalnego rozwoju młodocianych pokoleń wyżej wymienionych instytucyj oraz zasad, na których się one opierają.

Oprócz tych pośrednich środków propagandy higienicznej są w rozporządzeniu lekarza szkolnego i bezpośrednio: 1) lekcje higieny, przewidziane planem lekcyjnym oraz 2) pogadanki higieniczne.

Lekcje higieny objęte są programem nauki w seminarjach nauczycielskich w ilości 4 godzin tygodniowo, w szkołach powszechnych i zawodowych — po 2 godziny tygodniowo. Niestety w wielu zakładach lekcje te są prowadzone nie przez lekarzy szkolnych, a nawet nie przez lekarzy z powodu braku czasu, chęci i zamiłowań pedagogicznych z ich strony. W gimnazjach programy narazie specjalnych godzin na higienę nie przeznaczają, ale w programie w biologji V i VI klasy jest anatomja i fizjologja człowieka, którą prowadzi przyrodnik.

Za jego zgodą i w porozumieniu z dyrekcją można uzyskać parę godzin dla poruszenia pewnych zagadnień higienicznych w związku z przechodzonym kursem, najlepiej po przejściu każdego układu anatomicznego.

Pogadanki higieniczne nie są objęte programem nauki, są jednak polecane szeregiem zarządzeń władz szkolnych w ilości 3—4 w ciągu roku w każdej klasie i na nie musi się znaleźć czas. Tematów do tych pogadarek dostarczają najrozmaitsze zagadnienia z dziedziny higieny osobistej i społecznej, wybierane i poruszane w sposób odpowiedni do poziomu umysłowego i zainteresowania danej klasy; b. często temat nasuwa się w związku z badaniami indywidualnymi lub oględzinami masowemi, które w tych razach można łączyć z pogadanką. W każdym razie pogadanki należy urozmaicać pokazywaniem rycin, preparatów, tablic, modeli, przezroczy, a nawet filmów odpowiednich („Pogadanki higieniczne“ dr. Haberkantówny i dr. Kopczyńskiego).

Co się tyczy rodziców, to należy w celu uświadamiania ich wyzyskiwać zebrania wywiadowcze, konferencje ogólne, grupowe, poruszając tematy z dziedziny higieny domowej i szkolnej.

- 5) Wreszcie piąty punkt pracy lekarza szkolnego jako wychowawcy fizycznego, stanowi opieka nad wychowaniem fizycznym w ściślejszem tego słowa znaczeniu, kontrola nad ćwiczeniami cielesnymi i uprawianiem sportów przez młodzież szkolną. Choć punkt ten wymieniony został jako ostatni, jest on jednak wcale niepośledni i dlatego też stanowi treść oddzielnego następnego referatu.

Na zakończenie muszę wspomnieć o jeszcze jednej stronie działalności lekarza-higienisty szkolnego, która wiąże się właściwie ze wszystkimi już wymienionymi — o zbieraniu danych statystycznych, dotyczących norm rozwoju fizycznego, chorobowości, wad, zboczeń, spotykanych wśród młodzieży szkolnej. Wszędzie na świecie wszelki materiał statystyczny jest b. cenny

i skrzętnie zbierany, tembardziej u nas, w państwie odradzającym się po długiej niewoli, materiał, znajdujący się w rozporządzeniu każdego lekarza szkolnego ma b. doniosłe znaczenie pod warunkiem, że dane te są jak najdokładniejsze, bezwzględnie zgodne z rzeczywistością, w przeciwnym razie są one bezwartościowe, a nawet mogą być szkodliwe. Ta konieczność dokładnego i wiernego przedstawiania stanu rzeczy zmusza lekarza szkolnego do notowania wszelkich czynności, wyników badań, oględzin, konferencyj z wychowawcami, z opieką domową, co nieraz może zrobić wrażenie przewagi pracy kancelaryjnej nad pracą higieniczno-wychowawczą, leczniczą i społeczną. Jest to jednak przewaga rzekoma. Lekarz szkolny musi być społecznikiem, entuzjastą, kochać młodzież, musi być głęboko przekonany o słuszności i doniosłości swej współpracy w szkole i mieć ambicję zrobić tę współpracę najwięcej owocną, twórczą, a wtedy napewno znajdzie możliwość tak pracę swą ułożyć, że nie będzie mu groziło przeciążenie „pisaniną”.

W ostatnich czasach z rozmaitych stron b. silnie podkreśla się konieczność ścisłego współdziałania i harmonijnej współpracy szkoły i domu w opiece nad płonką ludzką. Lekarz-higienista szkolny bodaj czy nie najwięcej z całego personelu szkolnego ma danych ze względu na charakter swej pracy i posłannictwo zawodowe, by być ogniwem, łączącym te dwa środowiska w sposób taki, jak określa wiekopomna Komisja Edukacji Narodowej: „by dziecku było w szkole dobrze i z niem było dobrze”.

Prof. gimn. T. Dręgiewicz, Lwów.

Współpraca lekarza szkolnego z kierownikiem ćwiczeń fizycznych.

Instytucja lekarzy szkolnych, wprowadzona rozporządzeniem Ministerstwa W. R. i O. P. z dnia 15. III. 1918. Nr. 3, poz. 10., a więc jak na nasze stosunki bardzo wczesnie, bo jeszcze przed uzyskaniem niepodległości politycznej, była większości naszych szkół instytucją zupełnie nieznaną. Wprowadzenie jej

jest bardzo wielkim krokiem w ulepszeniu stosunków zdrowotnych w Polsce. Szczególnie zaś ważną jest instrukcja dla lekarzy szkolnych w zakładach szkolnych męskich i żeńskich, ułożona przez komisję międzyministerjalną dla spraw higieny szkolnej (ogłoszona w Dzienniku Ministerstwa W. R. i O. P. z 30. X. 1918 Nr. 6, poz. 26), która zawiera tyle cennych przepisów, szczególnie zaś dotyczących się współpracy lekarza szkolnego z kierownikiem wychowania fizycznego w szkole średniej.

Jeden z pierwszych przepisów powiada, że lekarz szkolny „troszczy się o zdrowie, rozwój fizyczny uczniów, przestrzega higieny nauczania; czuwa nad prawidłowem stosowaniem zabiegów fizycznych (jak: kąpiele, posiłek, gry ruchowe, gimnastyka, sporty, wycieczki i t. p.)”. Tych kilka czynności dopiero co wymienionych wymaga z natury rzeczy od lekarza szkolnego pewnej znajomości tych wszystkich działów wychowania fizycznego, gdyż nie znając tych rzeczy trudno jest dać odpowiednie wskazówki i pouczenia. Znajomość tych działów jest tem więcej potrzebną, że następne przepisy wymagają już wprost tego. § 21. powiada: „Lekarz szkolny czuwa nad racjonalnem stosowaniem wszelkich zabiegów i ćwiczeń fizycznych uprawianych przez uczniów w szkole i poza nią. Popiera wycieczki, zabawy na wolnem powietrzu, w klasach wyższych również gry i ćwiczenia sportowe”. § 24: „Lekarz szkolny odwiedza poszczególne lekcje szkolne, prac ręcznych i ćwiczeń gimnastycznych, gier i zabaw ruchowych nierzadziej niż raz na cztery tygodnie. Specjalną zaś opieką otacza ćwiczenia gimnastyczne i sportowe”.

Powyższe przepisy, ujmując tak dokładnie i wszechstronnie obowiązki lekarza szkolnego w kierunku wychowania fizycznego młodzieży szkolnej, są idealne pod każdym względem, ale nie liczą się z tem, że takich lekarzy szkolnych, a nawet wogóle lekarzy z nielicznymi wyjątkami nie mamy jeszcze w Polsce, którzyby się na wszystkich działach wychowania fizycznego rozumieli w tym przynajmniej stopniu, aby nie przeszkadzali wychowawcom fizycznym, jak to niestety dotychczas się bardzo często zdarza. Ważnem więc zadaniem naszych władz

szkolnych, powinno być stworzenie odpowiednich kursów wychowania fizycznego dla lekarzy szkolnych, którzyby na nich mieli sposobność poznać ten tak obszerny dział dzisiejszej wiedzy. Szczególnie zaś Ministerstwo W. R. i O. P. powinno uzupełnić studja na wydziale medycznym naszych wszechnic, gdyż dotychczas poza wiadomościami o budowie i czynnościach ciała ludzkiego na pierwszych latach studjów, dalsze wykłady i ćwiczenia tyczą się wyłącznie objawów chorobowych, zdrowy zaś człowiek nie wchodzi zupełnie w ich zakres. Bez uzupełnienia zaś studjów medycznych nigdy nie będzie można dojść do naprawdę fachowego lekarza szkolnego, któryby mógł należycie wypełnić obowiązki nałożone na niego przez przepisy, na wstępie referatu wspomnianej. Poza teoretycznymi wiadomościami bardzo wskazanemby było, aby lekarz szkolny przeszedł także kurs praktyczny głównych działów wychowania fizycznego, jak gimnastyki i sportów (przedewszystkiem lekkiej atletyki), a wprost ideałem byłby lekarz szkolny równocześnie ukwalifikowany jako wychowawca fizyczny. Niestety ten stan idealny jeszcze przez bardzo długie lata będzie tylko pobożnem życzeniem niepoprawnych marzycieli. To jest jedna strona medalu.

Wychowawca fizyczny czy też kierownik ćwiczeń fizycznych powinien posiadać pełne kwalifikacje t. zn. pełny kurs wychowania fizycznego z egzaminem stwierdzającym zakres jego wiadomości teoretycznych i praktycznych. Tak powinno być, jeśli mamy mówić o współpracy wychowawcy fizycznego i lekarza szkolnego. Trudno bowiem wyobrazić sobie tę współpracę, jak to w przepisach zostało ujęte, kiedy ani lekarz szkolny nie ma przeważnie pojęcia o działaniach wychowania fizycznego (albo też mylne i zgoła błędne), ani też wychowawca fizyczny nie posiada należytego przygotowania, a wiadomości swoje czerpie np. z odbytej podczas wojny służby wojskowej. Jak na tem ta młodzież szkolna wychodzi, to łatwo sobie wyobrazić: z jednej strony lekarz szkolny ogranicza się do powierzchownego badania i pisania statystyki, którą nasze władze uważają za jego główne zadanie, a wychowawca fizyczny z drugiej strony musztrą i według własnego systemu prowadzonymi ćwiczeniami uszczęśliwia młodzież. A że nasza młodzież

potrzebuje rzeczywistej opieki i pieczy ze strony lekarza szkolnego i wychowawcy fizycznego, tego nie trzeba już chyba dzisiaj udowadniać. Wystarczy przejrzeć pobieżnie choćby tylko statystykę zdrowotną któregośkolwiek bądź zakładu naukowego, to przerażenie musi ogarnąć każdego na samą myśl, że to ma być to przyszłe społeczeństwo, które ma dokończyć odbudowę naszego, po półtora wieku trwającej niewoli odrodzonego Państwa i stanowić jego siłę odporną. Ta młodzież samorzutnie zakłada sobie kluby sportowe, garnie się do harcerstwa i t. p. organizacji, które jednak nie są w stanie dać tego młodzieży, co jej szkoła dać powinna, ale nie daje z rozmaitych powodów. Grono nauczycielskie przeważnie wszelkie zajęcie młodzieży ćwiczeniami ciała uważa za niepotrzebną stratę czasu. Wszelkie wysiłki (o ile takie wypadki mają miejsce) wychowawcy fizycznego idą na marne, choćby dlatego, że większość ich rekrutuje się z nauczycieli szkół powszechnych. Lekarze zaś szkolni, nie mając posady etatowej, tylko kontraktową, gorzej częstokroć wynagradzani aniżeli stróż szkolny, traktują swoje zajęcie jako uboczne, chociaż w przeważnej ilości wypadków poświęcają daleko więcej czasu, aniżeli mają obowiązek. Brak urzędzeń tak dla lekarza szkolnego (izby przyjęć jako tako urządzonej) jakoteż dla wychowawcy fizycznego (sali gimnastycznej i boiska) sprowadza całą sprawę współdziałania tych dwóch tak ważnych czynników do zera. Jakżeż można wymagać od nich, aby w myśl przepisów wspólnie działali, jeśli albo nie znają się na rzeczy, albo nie mogą, bo nie mają gdzie.

Mamy jednak już dużo lekarzy szkolnych i zdaje się, że równie tyleż wychowawców fizycznych, ale nic nie robi się w tym kierunku, aby tak dla jednych jak też dla drugich urządzić kursy wakacyjne i to przymusowe, aby przynajmniej w ten dorywczy i niezupełny sposób dać im możliwość zaznajomienia się z najnowszymi metodami i systemami wychowania fizycznego. Powinniśmy pod tym względem brać przykład od naszych sąsiadów zachodnich, Niemców, którzy nie żałują środków na kształcenie lekarzy szkolnych i wychowawców fizycznych, w tem słusznem przekonaniu, że oni odbudują im z powrotem dawną potęgę. Nie chcę zupełnie dawać za przykład narodów

północnych: Szwedów i Finlandczyków, którzy pod tym względem są dziś bezkonkurencyjni i służą za wzór całej ludzkości. A przecież trudno sobie wyobrazić, aby w tych państwach tylko czynniki rządowe dokonały tych rzeczy; społeczeństwo, a właściwie wybitne jednostki przy czynnem współdziałaniu rządu doprowadziły do tego wysokiego stopnia rozwoju. I u nas mamy cały szereg poczynań w tym kierunku, stwierdzić jednak należy, że czynniki decydujące nie okazały, przynajmniej dotychczas, takiego zrozumienia dla spraw fizycznego wychowania, jak tego powaga chwili by wymagała.

Cofnąć wysokie subwencje udzielane rozmaitym instytucjom, a nawet poszczególnym klubom, które z istotnem wychowaniem fizycznem nie mają nic wspólnego, a użyć tych funduszy na kursy wychowania fizycznego o wysokim poziomie dla wychowawców fizycznych oraz na kursy dokształcające dla lekarzy szkolnych i dla wychowawców fizycznych starszej daty, którzy nowych prądów w fizycznem wychowaniu zupełnie nie znają, a poznać nie mają sposobności. Nie jest to program, któryby można odrazu przeprowadzić, ale rozłożony na szereg lat i etapów musi doprowadzić do pomyslnych wyników. Dopiero wtedy będzie można mówić o należytem współdziałaniu lekarza szkolnego z wychowawcą fizycznym.

Współdziałanie to można ująć bardzo krótko: Lekarz szkolny bada na początku roku młodzież szkolną i dzieli ją na dwie grupy: zdrowych i słabowitych. Tych ostatnich poleca szczególnej opiece wychowawcy fizycznego, który stosownie do wskazówek lekarza zwalnia ich od wysilniejszych ćwiczeń. Następnie lekarz szkolny odwiedza przynajmniej raz w miesiącu lekcje gimnastyczne, dzieląc się następnie swemi spostrzeżeniami z wychowawcą fizycznym. O uwalnianiu od ćwiczeń nie powinno być wogóle mowy, chorowici i nie mogący ćwiczyć nie powinni być uczniami publicznymi. Szczególniejszą opiekę powinni obaj roztoczyć nad młodzieżą klas średnich (3, 4, 5, okres dojrzewania płciowego), robiąc wspólnie pomiary dla własnego doświadczenia i dla podzielenia się w fachowych czasopismach z ogółem lekarzy i wychowawców fizycznych. Klasy najwyższe dziś tak mocno usportowione, ale niestety przeważnie jedno-

stronnie z bardzo wielką szkodą dla samej młodzieży, należy wspólnie pobudzać do wszechstronnego ćwiczenia się, dając im w pogadankach i wykładach wskazówki jak należy postępować, aby sobie nie szkodzić. Oprócz tego powinni obaj urządzić możliwie częste wykłady i odczyty dla gron nauczycielskich i kół rodzicielskich, celem pobudzenia tychże do współdziałania. Podnieść należy również, aby obaj pozostawali w stałym kontakcie z kółkami sportowymi, do których młodzież klas wyższych przeważnie należy. Takie zainteresowanie się młodzieżą poza szkołą może dać tylko pomyślne wyniki. Pomniejsze szczegóły ułożenia się stosunków pomiędzy lekarzem szkolnym, a wychowawcą fizycznym zależą w dużej mierze od osobistych danych poszczególnych jednostek i ich wartości wewnętrznej.

Dr. Eug. Krajewski, Katowice.

Przyczynek do nauki o szmerach sercowych czynnościowego pochodzenia u sportowców.

Szmery sercowe śródsercowe czynnościowego pochodzenia mogą między innymi mieć źródło swoje także w zwiększonej szybkości prądu krwi, jak to ma na przykład miejsce w niedokrwistości, gdzie ustrój, kompensując niedobór gazacji krwi, zwiększa szybkość krwiobiegu w płucach. Nie jest jeszcze wyjaśnionem, czy szmery sercowe czynnościowe, zjawiające się po podnieceniu psychonerwowem w szczególności, mają podobny mechanizm t. j. zwiększenie szybkości przepływu krwi wskutek pomnożenia i nasilenia skurczów serca, czy też w zmianach napięcia nerwomięśniowego serca. Do tego typu szmerów czynnościowych, psychogenicznego pochodzenia, należą szmery zjawiające się w czasie badania lekarskiego u osobników, u których wykazać nie można ani żadnych znamion organicznego schorzenia ośrodkowego narządu krążenia, ani też takich znanych przyczyn, które składać się mogą na ich powstanie (*souffle de consultation*).

Badania nad mechanizmem i istotą tych szmerów czynnościowych, przeprowadzone na materiale 186 uczestników biegu

ulicznego „Polonji“ w Katowicach (3.700 m.), wykazały w dwóch tylko wypadkach istnienie szmerów sercowych czynnościowego pochodzenia, które zaliczyć należało do typu *souffle de consultation*. U żadnego z badanych bowiem nie stwierdzono organicznego schorzenia zastawek sercowych w postaci t. zw. wady sercowej choćby utajonej lub mięśnia sercowego, a sprawność narządu krążenia trzymała się w granicach przeciętnych. Natomiast u większości badanych biegaczy stwierdzić można było objawy podniecania psychonerwowego, a w szczególności narządu krążenia, które wywołane było szeregiem czynników, a więc podróżą nocną, podnieceniem przed zawodami, pospieszeniem rozbieraniem się, badaniem lekarskim i t. p. Przedmiotowo stwierdzić można było objawy naczynioruchowe, jak zblednięcie lub zaczerwienienie twarzy, nadmierne pocenie się, niepokój ruchowy lub drżenie wyciągniętych palców. W zakresie układu krążenia badanie przedmiotowe wykazywało przyspieszoną znacznie czynność serca, rozlane i podnoszące uderzenie końca serca, zwiększenie głośności tonów, tętnienie okolicy serca i naczyń dogłowych, tętno przyspieszone, nieraz niezupełnie miarowe, lecz dobrze napięte i wypełnione. Pomimo jednak istnienia tylu warunków dla powstania szmerów czynnościowych pochodzenia psycho-genicznego (*souffle de consultation*), rzecz ciekawa, że w dwóch tylko wypadkach stwierdzono ich obecność przy braku jakichkolwiek objawów organicznego schorzenia ośrodkowego narządu krążenia i to u osobników z prawidłową i silną budową ciała (jeden lekkoatleta i jeden piłkarz). Szmerzy te w obu wypadkach umiejscowione były nad koniuszkiem serca, odznaczały się małym przewodnictwem, miały charakter skurczowy, nie towarzyszyło im wzmożenie głośności drugiego tonu nad tętnicą płucną, nasilały się w postawie stojącej, a słabły w leżącej, przedewszystkiem zaś zniknęły po uspokojeniu badanego przez usunięcie go z atmosfery podniecania przedzawodowego. Sprawność serca badana przy pomocy próby oddechowej Stangego, sprawność robocza serca i dane badania ciśnienia były zupełnie dobre, a obaj wspomniani zawodnicy ukończyli bieg i to w dobrej kondycji fizycznej i na dobrych miejscach, okazując po zawodach przy

badaniu serca stosunki zupełnie prawidłowe. W szczególności wykluczyć można było, dzięki badaniu ogólnemu, oraz skrupulatnemu badaniu narządu krążenia, powstanie szmerów czynnościowych wskutek zwiotczenia mięśni brodawkowych (*corda-tonia*) lub rozszerzenia pierścieni żylnych.

Z powyższych badań wynika zatem, że: 1) Szmerzy czynnościowe określane nazwą *souffle de consultation*, nie są bynajmniej u sportowców częste, skoro przy istnieniu pełnego zespołu warunków dla ich powstania, wykryć się dały w dwóch tylko wypadkach na 186 badanych uczestników. 2) Mechanizmu ich powstania nie można odnieść wyłącznie do podniecenia psychicznego badanych i związanej z niem wzmożonej szybkości prądu krwi, wskutek pomnożenia częstości skurczów serca lub zmian w napięciu nerwowo-mięśniowym serca. 3) Szmerzy czynnościowe typu *souffle de consultation* nie wpływają zupełnie na stan sprawności serca i narządu krążenia w całości, albowiem wystąpić mogą u osobników z niezmiennym chorobowo układem krwionośnym. 4) Wykrycie ich przez lekarza sportowego nie stanowi wskazania do zmiany kierunku ćwiczeń lub zgoła wykluczenia sportowca od uprawiania biegów wszelkiego typu.

Z organizacji i metodyki ćwiczeń.

Pplk. W. Sikorski, Poznań.

Przykłady programów minutowych

(osnów lekcyjnych) na podstawie projektu nowego Regulaminu Wychowania Fizycznego.

Nowe wydanie wojskowego „Regul. Wych. Fiz.”, które się ukaże zapewne w ciągu kilku miesięcy, nie różni się w swych zasadach podstawowych od dotychczasowego. Wnika ono natomiast głębiej w odmienne przejawy fizjologiczne i duchowe żołnierza w różnych jego okresach wyszkolenia i stara się o ściślejsze dostosowanie środków, oraz dba bardziej o ich celową różnorodność. Środki te są też bardziej związane z wyszkoleniem żołnierza dla celów bojowych. Sądzę, że będzie rzeczą pożyteczną, gdy się ogólnie zaznajomimy z metodą przedsta-

wioną w tym regulaminie drogą przykładów osnów lekcyjnych czyli, mówiąc językiem regulaminu, „programów minutowych”.

Przykład programu w pierwszych ośmiu tygodniach wyszkolenia.

- I.
 1. Marsz ze śpiewem.
Marsz krokiem przyspieszonym z otwartymi i zamkniętymi oczyma.
 2. Wykroki i zakroki poskokiem.
 3. Rozkrok, ramiona w krzyż — i wymachy ramion bokiem wzwyż-wskos, ze wspięciem.
 4. Skłony głowy w tył i w przód.
Skręty głowy.
 5. Przysiad, podpór — i rozkroki poskokiem.
 6. Skurcz ramion — i wyprosty wzwyż; po każdym wyproście ramion dwa skurcze i dwa wyprosty palców.
 7. Chwył bioder, rozkrok szeroki — i wspięcie i zgięcie kolana naprzemian.
 8. Ćwiczenia w reagowaniu. Postawa wyjściowa dla 4 drużyn (sekcji): przysiad podparty, po którym bezpośrednio ukazują się tarcze barwne. Oznaczona tarczą drużyna (sekcja) biegnie na czworakach tak długo, jak długo ukazuje się jej barwa. Z chwilą zniknięcia tarczy, zatrzymuje się w przysiadzie podpartym. Sygnały zjawiają się niespodziewanie kilkakrotnie w ciągu ćwiczeń gimnastycznych.
 9. Chwył karku, rozkrok — i skłony w bok.
 10. Chwył bioder — i przenosy: skurcz ramion, chwył karku, skurcz ramion i chwył bioder.
Ćwiczenia wykonać w tempie powolnem.
 11. Chwył bioder, rozkrok — i skręty tułowia z wymachem ramienia w bok.
 12. Chwył karku — i przysiad.
Siad, skurcz nóg — i wypuklenie piersi (wdech); skłon w przód, barki do przodu (wydech).
- II.
 1. Klęk rozkroczny, siad — i skłony w tył z pomocą rąk.
 2. Wznos nogi w przód, chwył za palce stopy i obroty poskokiem w lewo i prawo.
Walka kozłów (Regul. W. F. 1921, str. 51, fig. 53).
 3. Leżenie tyłem, ramiona w bok, oparcie dłońmi — i wznosy i opusty nóg.
Podawanie ciężarów rzutem.
 4. Ramiona w bok — i odwrót dłoni lewej wzwyż i na wrót w dół ze skurczem i wyprostem palców ręki prawej i przeciwnie.

5. Wyciąg węża za ogonem.
6. Marsz kierunkowy z otwartymi i zamkniętymi oczyma.
7. Kret (Regul. W. F. 1921, str. 57, p. 73).
8. Ramię wznwyż, drugie wtył, wypad wprzód różnoimiennie (podobnie jak marsz wypadami z wymachem ram., Regul. W. F. 1921, str. 35, fig. 11).
Rzuty i chwyt kul żelaznych 2½ klg.
9. Skok w miejscu — i w locie wymach ramion w bok z rozkrokiem.
Żaby (Regul. W. F. 1921, str. 73, p. 83).
10. Kałuża (R. W. F. 1921, str. 80, p. 89).

- III.
1. Chwyty bioder — i rozkrok poskokiem, ponowny poskok w rozkroku i łączenie nóg poskokiem.
 2. Marsz we wspięciu.
 3. W czasie marszu we wspięciu głęboki oddech.
Marsz ze śpiewem.

Przykłady programów w następnych okresach wyszkolenia.

Program dla grupy słabych.

Ćwiczenia w reagowaniu: podpór opadny przodem.

- I.
1. Marsz ze śpiewem. Marsz we wspięciu. Marsz z zaznaczeniem kroku. Siad płaski. Marsz z wytrzymaniem 4-go taktu. Marsz 6 kroków we wspięciu wprzód, 4 na piętach w tył, naprzemian.
 2. Kolumna ćwiczebna:
 - a) rozkrok i skłony w dół z chwytem za pięty.
 - b) półprzysiad, ramiona w krzyż — i wymachy ramion bokiem wskos-wznwyż ze wspięciem.
 - c) Wykrok wprzód i ćwiczenie w odbijaniu się.
 - d) Klęk podparty i skurcz ramion z wyprostem nogi w tył naprzemian.
 3. Chwyty biodra, rozkrok, zgięcie kolana — i skłony tułowia w bok z wymachem ręki (ku nodze wyprostnej).
 4. Krażenie głowy. Skurcz ramion w bok, rozkrok i skręty tułowia z wyprostem ramion.
 5. Obroty poskokami. Skok w miejscu z wymachem ramion.
 6. Przysiad. Głęboki oddech.
- II.
1. Ukłon japoński — i wypuklenie piersi.
 2. Kogucik (Reg. W. F. 1921, str. 51, fig. 52).
 3. Półzwis opadny i skręty głowy.
 4. Wznos ramion w bok i skurcz nogi naprzemian.

5. Dwójkami naprost, siad rozkroczny płaski, stopami wsparcie, skurcz ramion — i opad w tył i skłony wprzód naprzemian z pomocą. Dysymetryczne rzuty ramion.
6. Bieg w takt — 30 sekund. Marsz wypadami.
7. Przysiad podparty, pochód rękami do podporu opadnego przodem — i skurcz nóg do przysiadu podpartego.
8. Siad rozkroczny płaski, ramiona w bok — i skręty tułowia z chwytem za przeciwną stopę.
9. Trzy kroki rozbiegu — i skok wprzód z wymachem ramion. Przewrót, skoki zajęcze.
10. Walka o chwyt za kark.

III. Rozkrok i łączenie nóg poskokiem i 2 poskoki w miejscu po złączeniu nóg, na 3 takty. Przysiad. Oddech. Marsz ze śpiewem.

(Dokończenie nastąpi.)

Por. L. Sedlaczek, Poznań.

Nieco o szermierce.

W wielu kinematografach wyświetla się obecnie film, zatytułowany „Siła i Piękno”. Ktokolwiek interesuje się kulturą cielesną, powinien ten film zobaczyć. Można się z niego wielu rzeczy nauczyć. Przedewszystkiem — na podstawie badań w dziedzinie fizjologii eksperymentalnej w ostatnich czasach nastąpiła zasadnicza zmiana w naszych zapatrywaniach. Przez długi czas pokutował pogląd, że tem większą uzyskujemy korzyść z ćwiczeń cielesnych, z im większą siłą je wykonamy. Wydawało się, że jak najintensywniejszy wysiłek mięśni podczas całego czasu trwania ćwiczenia przedstawia największą wartość. Na takie zapatrywanie dziś się zgodzić nie możemy. W miejsce zasady maksymalnych skurczów mięśni wysuwamy naukowo potwierdzoną teorię ruchów „miękkich”.

Albowiem brak tak zw. przyruchów jest wybitną cechą wyćwiczonego żołnierza, dobrego szermierza i gimnastyka, a nawet każdego inteligentnego człowieka. Fizjologowie nowoczesni dobitnie podkreślają, że ćwiczenia cielesne nie tylko oddziałują na mięśnie, lecz w równej mierze dotyczą i całego układu nerwowego. A niema innej gałęzi wychowania fizycznego, przy uprawianiu której umysł do tego stopnia współdziała, jak przy nowoczesnej szermierce. Lecz sztywnie

napięte mięśnie przeszkadzają w znacznej mierze i pracy samej i jej kierownictwu przez umysł. Szermierz musi nie tylko bystro obserwować, nie tylko zaostrzyć swą uwagę, nie tylko wszystkie niekorzystne dla niego akcje przeciwnika uczynić bezskutecznymi, lecz musi umieć sprowokować przeciwnika do odsłonięcia się, aby wykorzystawszy to, osiągnąć go swą bronią. Na tem polega praca umysłu, która się może urzeczywistnić tylko dzięki mięśniom miękkim, a nie sztywnie napiętym. Lecz i względy estetyczne przemawiają za tem, aby siłą nie szafować. Ruchy są tem ładniejsze — zgrabniejsze i zwinniejsze — im z mniejszem natężeniem je się wykonywa, gdyż inaczej są brzydkie i ociężałe; bez tej zasady nie jest do pomyślenia żadna racjonalna metoda wychowania fizycznego. Celem głównym — do którego zmierza się przez całość wykształcenia szermierczego, jest wszechstronny i harmonijny rozwój układu ruchowego; instruktor szermierki musi skupić na tym celu swą uwagę i zdążyć doń systematycznie. Dlatego też używamy przy nowoczesnej szermierce lekkiej broni. Sztuka szermiercza jest jednym z najzasobniejszych środków rozwoju ciała w kierunku sprawności i estetyki ruchów, dając i rozwijając równocześnie ważne walory moralne.

W żadnym wypadku nie należy uważać szermierki jako przygotowanie do pojedynków. Zastosowanie szlachetnej sztuki do brutalnych celów byłoby rażącym nadużyciem. Lecz człowiek niestety nie może się łatwo wyzbyć głęboko zakorzenionych zapatrywań. Nawet w chwili obecnej spotykamy licznych szermierzy zatwardziałych zwolenników idei, że ostatecznym celem nauki szermierki jest wykorzystanie jej w pojedynku. Na szczęście jednak pojedynki zdarzają się niezbyt często. Nie będziemy tu dalej mówić na ten temat, lecz dobitnie stwierdzamy, że nowoczesna szermierka jako sport nie ma nic wspólnego z pojedynkiem. Ostateczne starcie ma przybrać w szermierce nie formę pojedynku, lecz spotkania bezkrwawego ze środkami ochronnymi, t. zw. wolnej walki (*assaut*). Zwycięzcą w wolnej walce zostaje ten z szermierzy, który został najmniej trafionym. Jak najbardziej ściśle korelacje psychoficzne, w niektórych swoich przejawach zagadkowe, a w poszczególnych wypadkach częstokroć pozornie niezrozumiałe, pozwolą niezbitnie stwierdzić, że uszlachetniająca kultura cielesna oddziałuje dodatnio na umysł i usposobienie, oraz sposób myślenia i charakter. Do tego właśnie dąży sztuka szermierki.

Ważnym momentem przy nauczaniu jest wychowanie szermierza w kierunku szybkiej myśli i błyskawicznego wprowa-

dzenia jej w czyn. Nie tylko w szermierce, lecz i w życiu codziennem, w każdym zawodzie i we wszelkich działaniach wykładnikiem powodzenia jest jasno i spokojnie, więc dobrze obmyślony plan, oraz szybkie i stanowcze urzeczywistnienie go. Te pełne wartości czynniki uzyskuje się stosunkowo łatwo przez szermierkę.

Oceny książek.

Prof. Dr. K. Karaffa-Korbutt. **Zarys Higieny.** Tom 2 i 3. Wilno (Księgarnia Zawadzkiego) 1925*).

Zgodnie z zapowiedzią, 2 tom autor zaczyna od treściwego omówienia regulacji ciepła, i w związku z tem daje rozdziały o powietrzu, odzieniu i mieszkaniu. Odzienie traktuje autor jako drugą, a mieszkanie trzecią (po skórze) warstwę ochronną, zabezpieczającą ustrój od szkodliwych wpływów atmosfery. Do rozdziału o mieszkaniu włączone zostały: higiena wody i gleby. W rozdziale poświęconym oświetleniu autor przytacza dane dotyczące fizjologii i higieny wzroku.

Na 3-ci tom złożyły się: higiena pracy i zawodu, do których autor włącza higienę szkolną, przemysłową i wojskową, a także krótkie rozdziały o walce z chorobami zakaźnymi (dezynfekcja, dezynsekcja wraz z higieną komunikacji) oraz higieny socjalnej, higieny rasy i organizacji ochrony zdrowia publicznego.

Szkoda wielka, że autor zmienił pierwotny swój plan i skrócił swe cenne dzieło do 3 tomów (zamiast 4-ech). Pomimo to w „Zasadach” podane są wszystkie najważniejsze działy higieny, dające możność słuchaczom zaznajomienia się z całością tej ważnej, lecz niestety bardzo zaniedbanej u nas (i wciąż jeszcze po macoszemu traktowanej) gałęzi wiedzy lekarskiej.

Autorowi należą się słowa uznania i głębokiej wdzięczności za danie w ręce naszej młodzieży akademickiej wyborczego podręcznika higieny i za wzbogacenie literatury naszej cennem i pożytecznym dziełem.

Prof. Uniw. W. Gądzikiewicz, Kraków.

Prof. Uniw. W. Gądzikiewicz. **Higiena książki.** Lwów — Warszawa, (Książnica-Atlas) 1925, str. 29.

Literatura higieny szkolnej została obdarzona niewielką, ale bardzo treściwą pracą prof. higieny Uniwersytetu Krakowskiego, który przez kilka lat pracował jako lekarz szkolny i stąd zna dobrze potrzeby i zadania pracy higienicznej na polu szkolnictwa. W pracy tej autor w wyczerpujący sposób omawia higienę książki, dając jasny, treściwy pogląd na dokonane dotąd badania innych autorów i wyniki własnych badań nad polską książką szkolną. W pracy swej zajmuje się papierem i drukiem pod względem higienicznym, ustalając pewne normy.

Pomiędzy zbadanymi 50 polskimi podręcznikami szkolnymi, nie znalazł autor ani jednej książki odpowiadającej w zupełności postulatowi higieny.

*) Recenzja 1-szego tomu patrz: „Wychowanie Fizyczne” 1924, zeszyt 7-12, str. 85. — W recenzji tej zakradła się omyłka druku, mianowicie na str. 85, drugi wiersz z dołu zamiast „pepsynowych” powinno być „przyczynowych”.

To prowadzi go do słusznego postulatu „żeby nad drukowaniem książek szkolnych rozciągnięta została kontrola higieniczna. Każde wydanie książek powinno być zbadane i zaopatrzone świadectwem higienicznym". Istotnie, Komisja Ministerstwa Oświecenia dla badania książek szkolnych powinna się zająć nie tylko ich treścią, lecz również ich higieną. Praca prof. Gądzikiewicza daje doskonałe i wyczerpujące wskazanie, na czym się to higieniczne zaopiniowanie książki szkolnej opierać powinno.

Pozatem w pracy swej autor porusza niezmiernie ważny problem dezynfekcji książek. Przydałaby się ona bardzo wszystkim naszym bibliotekom szkolnym i publicznym.

Dr. S. Szuman.

G. Hébert. *Le sport contre l'éducation physique*. Paris (Vuibert) 1925.

Nowa książka Héberta, który mówi o sporcie, jako o przeciwniku wychowania fizycznego, jest interesująca przede wszystkim dlatego, że twierdzenie to wychodzi od twórcy metody „naturalnej” francuskiej, która właśnie głównie na sportach się opiera. Otóż rozumowanie Héberta polega na tem, że sport jako ćwiczenie cielesne, gdy jest traktowany w sposób racjonalny, stanowi ważną metodę wychowawczą, łatwo jednak może szkodę wyrządzić, gdy prowadzi do nadużyć. Pożytek sportu opiera się na trzech zasadach: użyteczności, stosowaniu miary i dążeniu do altruizmu; gdy te zasady są przekroczone, wówczas ujemne skutki stosowania sportu stają się coraz więcej wyraźne.

Jaka jest przyczyna zejścia na manowce pożytecznych skądinąd ćwiczeń sportowych? Dwa czynniki destrukcyjne przyczyniły się do tego, zdaniem Héberta: przesadna emulacja i organizacja zawodów w postaci igrzysk publicznych. Współzawodnictwo wyrabiane oględnie jest cechą pożyteczną, gdy jednak potęguje się nadmiernie wskutek podnieconej ambicji, doprowadza do zaniku uczuć społecznych. Podobnie widowiska sportowe miały narazie cel dodatni, — propagandę kultury cielesnej wśród ogółu, — jednakże stopniowo przedstawienia tego rodzaju przybrały formę raczej przedsiębiorstw finansowych i w tej dążności do zainteresowania tłumów nieraz ginie czysty charakter zawodów sportowych.

Ostateczne wnioski Héberta są następujące: Szkoła powinna wcześniej oddziaływać na młodzież w celu skierowania jej na właściwą drogę w dziedzinie wychowania fizycznego. Uniwersytet, który zaniedbał swego obowiązku — racjonalnej organizacji kultury cielesnej wśród ogółu społecznego, — powinien naprawić ten błąd przez tworzenie odpowiednich instytucji pedagogicznych. Towarzystwa sportowe powinny ulec radykalnemu przetworzeniu, dążąc do krzewienia wśród młodzieży sportu w sposób racjonalny, zgodny z wynikami wiedzy nowoczesnej. Fachowcy i działacze w zakresie wychowania fizycznego winni uświadomić ogół o niebezpieczeństwach, grożących w tej dziedzinie. Wreszcie żadnego wrażeń widza należy usunąć z boiska sportowego, — tu bowiem jest teren kształcenia cielesnego i wychowania charakteru, nie zaś miejsce rozdawania nagród i nerwowego podniecenia.

Jakkolwiek rozumowania powyższe nie są nam obce, gdyż niejednokrotnie i u nas prowadzone były polemiki na temat analogiczny, to jednak sądzić należy, że przytoczone opinie Héberta, niepośledniego teoretyka i praktyka w dziedzinie sportowej, przydać się mogą kierownikom naszej młodzieży, która coraz częściej uprawia sport w sposób równie przesadny, jak to ma miejsce obecnie na Zachodzie.

Doc. dr. T. Jaroszyński, Warszawa.

I-szy Polski Rocznik Sportowy, 1918—1925. Warszawa (nakł. Związku Zw. Sport.) 1925. Str. 337 w 16-ce, z 86 ilustr.

Staraniem Związku Polskich Związków Sportowych wyszedł opracowany przez dr. Mieczysława Orłowicza I-szy Rocznik Sportowy. Wy-

dawnictwa tego można pogratulować autorowi. Nikt inny nie był tak kompetentny do zebrania tak bogatych i wyczerpujących danych organizacyjnych i statystycznych z poszczególnych oddziałów sportu, jak właśnie dr. Orłowicz, który jako długoletni pracownik na niwie organizacyjnej, a ostatnio sekretarz Z. Z., mógł zgromadzić tak wyczerpujący materiał. Z rocznika sportowego może korzystać sportowiec, wychowawca fizyczny i organizator. Obszerny materiał rozpada się na 3 wielkie działy i obejmuje w pierwszej części zrab organizacyjny sportu we wszystkich państwach, w drugiej dane z dotychczasowych igrzysk olimpijskich, w trzeciej wreszcie wyniki rekordowe polskie i zagraniczne. Mniej natomiast podoba się strona ilustracyjna. Dobór nie jest tu należyty i niektóre zdjęcia nie zasługiwały na umieszczenie ich w tem cennem wydawnictwie. Dziełko nie jest też wolne od błędów rzeczowych. Wynik Sośnickiego w skoku w dal na igrzyskach w Paryżu (567 cm.) miał być tylko o 1 cm. gorszy od rekordu, co nie jest zgodne z prawdą, gdyż rekord polski wynosił wówczas 660 cm., a więc różnica była duża. Kpt. Jan Baran został najzupełniej niespodziewanie rekordzistą Polski w rzucie kulą. Te i kilka innych nieścisłości nie obniżają jednak wysokiej wartości wydawnictwa.

Kpt. J. Baran.

Jan Baran, kapitan, kierownik ćwiczeń C. W. Szk. G. i Sp. Boks. Technika — zaprawa — przepisy. Poznań (Druk. T. Piątkowskiego) 1925. Str. 100, 44 ilustracji — 17 rycin.

Pierwsze dziełko w literaturze polskiej traktujące o boksie, wydane — przyznać należy — bardzo na czasie.

Autor jest znanym działaczem na polu kultury cielesnej, mocnym zarówno w teorii jako też i w praktyce, do czego niemało przyczynił się jego pobyt w Angielskiej Wojskowej Szkole Wychowania Fizycznego w Aldershot, dokąd został wysłany przez wojskowość w r. 1923, celem pogłębienia swych studiów. To też w pracy swojej autor przejawia wielką oryginalność, opisując poszczególne ćwiczenia w znacznej mierze na podstawie własnych doświadczeń i spostrzeżeń. Opis poszczególnych ćwiczeń jest wyczerpujący, a przytem niezmiernie jasny, żywy i ciekawy. Liczne, a zarazem dobre ilustracje, rzecz tak rzadka w naszych polskich wydawnictwach, ułatwiają ogromnie zrozumienie poszczególnych ćwiczeń, co jeszcze bardziej podnosi wartość dziełka. Bardzo dużo miejsca autor poświęca „zaprawie” w ćwiczeniach bokserskich, ze specjalnem uwzględnieniem wskazówek higienicznych, podaje przytem specjalne „tabele zaprawy”, rzecz, którą nawet w wydawnictwach zagranicznych niezbyt często się spotyka. Również taktyka walki, której znajomość konieczna jest każdemu poważnie zajmującemu się boksem, została przez autora obszernie uwzględniona. Podany na końcu regulamin Związku Bokserskiego, stanowi bardzo trafne uzupełnienie całości.

Trzeba przyznać, że autor w zupełności osiągnął zamierzony cel. Dziełko, ogólnie biorąc, posiada bardzo wielką wartość, nie ustępując w niczem analogicznemu wydawnictwom zagranicy, to też wszyscy miłośnicy sportu bokserskiego znajdą w niem niezawodnie wiele cennych wskazówek dla swej praktyki.

F. Gilewski.

Boks w obrazach. Walka w zwarcu. Ciosy i zastawy w walce na dystans I i II. Ćwiczenia z piłką i workiem. Przetłumaczył z niemieckiego W. Junosza-Dąbrowski. Warszawa. (Wyd. M. Arcta.) 1925.

Cztery rodzaje tablic, wydane w ślad za innemi, ocenionemi już przez nas wydawnictwami, obejmują technikę walki bokserskiej i treningu na piłkach i worku. Przetłumaczył je wzorowo, bez najmniejszego błędu w oddaniu techniki znany bokser-praktyk i teoretyk Junosza-Dąbrowski. Największą zaletą tych wydawnictw jest przejrzystość ilustracji, które dają

możność dokładnego zapoznania się z techniką walki i treningu. Małe te książeczki nadają się i dla początkujących i wprawnych bokserów.

Kpt. J. Baran.

Inż. Dudryk. Przewodnik Narciarski po terenach Karpat Wschodnich. Kraków (Nakł. Pol. Zw. Narciarskiego) 1925, str. 32 w 16-ce z mapą.

Polski Związek Narciarski zdobył sobie wielką zasługę przez rozpoczęcie wydawnictwa Biblioteki Sportowej, której pierwszy tomik niedawno temu się okazał. Znakomity narciarz — turysta, inż. M. Dudryk, napisał przewodnik narciarski po Karpatach Wschodnich, obejmujący tereny, począwszy od pasma Doboczek, a kończy na górach, otaczających źródła Czarnej Czeremoszu i na Karpatach Marmaroskich, opisując wejścia na 40 ważniejszych szczytów. Niema chyba bardziej kompetentnego do napisania takiego przewodnika znawcy tych gór, jak Inż. Dudryk, który na wielu z nich pierwszy stanął w porze zimowej. Wartość dziełka podnosi dodatek orientacyjny mapy schematycznej Karpat Wschodnich, na której niestety nie podano skali, wynoszącej około 1:267000.

Dr. T. Smoluchowski.

Narciarstwo Polskie. Roczników Polskiego Związku Narciarskiego Tom I. Kraków (Nakł. Pol. Zw. Narc.) 1925, str. 265, ilustr.

Pierwszy rocznik narciarstwa polskiego świadczy chlubnie o działalności Polsk. Zw. Narciarskiego, okazał się bowiem w tak okazałej szacie i posiada treść tak obfitą, iż może konkurować z zagranicznymi wydawnictwami w literaturze narciarskiej, np. „Der Winter”, oficj. organem Niem. Zw. Narciarskiego.

W pierwszej części tego tomu daje Prof. Dr. Zygm. Klemensiewicz w znakomitym artykule: „Le sport de ski en Pologne”, treściwy pogląd na warunki narciarstwa w Polsce; praca ta przeznaczona jest dla cudzoziemców, z którego to powodu dołączono tłumaczenie jej na język angielski. Następuje bardzo ciekawa rozprawa D-ra Romana Kordysa „O początkach polskiego narciarstwa” i szkic D-ra Aleks. Fredro Bonieckiego „O historii narciarstwa polskiego 1907—1914”. Również historycznej treści są prace Stan. Fächera o towarzystwach narciarskich w okresie lat 1914—24, o rozwoju kierunku sportowego w latach 1920—24, do czego dołączono spis wyników ważniejszych zawodów narciarskich w tymże czasie, a wreszcie pogląd na działalność Polskiego Związku Narciarskiego w latach 1919—1924. Znaczenie narciarstwa dla wojska polskiego jest traktowane w następnym artykule. Wreszcie zamyka ten dział opis sukcesów, osiągniętych przez polskich narciarzy zagranicą.

Część druga daje zestawienie związków narciarskich, członków Polsk. Związku Narc., sprawozdanie Zarządu Głównego P. Z. N. za ostatni rok, pogląd na rozwój sportu narciarskiego w roku 1925 i wyniki zawodów.

Część trzecia wreszcie zawiera także trochę beletrystyki. M. Zaruski opisuje pierwsze przejście zimowe przez Tatry na nartach w roku 1906. Ciekawy jest artykuł pierwszorzędnego narciarza niemieckiego I. C. Luthera o literaturze narciarskiej i technice jazdy na nartach. Następują reminiscencje z pierwszych międzynarodowych zawodów w Zakopanem, odbytych w 1910, oraz barwny opis nowych zimowych wejść w Tatrach (bez nart) w roku 1925 Dr. Kaz. Piotrowskiego pod tytułem „Na śnieżnych ścianach”. H. Grosman daje szkic narciarskiej wysokogórskiej turystyki powojennej w Tatrach wraz ze spisem nowych przejść zimowych 1919—25. Kończy tom fantastyczny feljeton Rafała Malczewskiego „Dziwna przygoda Ksawerego Czulka”.

Cel, wytknięty przez Zarz. Gł. P. Z. N., aby w tym roczniku dać obraz całokształtu rozwoju narciarstwa w Polsce, można uważać za szczęśliwie osiągnięty. Ilustracje są przeważnie dobre; gdzieniegdzie zakradły się pomylki i braki w podpisach pod niemi.

Dr. T. Smoluchowski.

Streszczenia.

Fizjologia.

E. Schott: **Duszność i perjodyczny oddech po wysiłku fizycznym u zdrowych i chorych** (Deutsche med. Woch. 1924 No. 4).

Autor badał zmiany oddechu i ciśnienia krwi u ludzi zdrowych i chorych na serca i płuca. Przy pracy fizycznej zachowują się te zmiany różnie u osobników trenowanych i nietrenowanych. I tak stwierdził, że po szybkim biegu po schodach oddech i ciśnienie krwi u nietrenowanych powraca do normy dopiero po 6 min. Natomiast u trenowanych rośnie tylko tętno a oddech pozostaje bez zmian. U początkujących wiosłarzy wraca normalnie oddech po przejechaniu toru (1800 m) dopiero po 20 min. U młodych sportowców, którzy nie przeszli jeszcze dłuższego treningu, występuje często bezpośrednio po wysiłku perjodyczny oddech o rosnącej wielkości, podobny do oddechu Cheyne-Stokesa. Ten oddech w rodzaju fal trwa 1—3 minut po wysiłku i wraca jeszcze raz po 6—10 min. Zostaje on spowodowany brakiem tlenu w ośrodku oddechowym, obecnością kwasu mlekowego we krwi i innymi chemicznymi zmianami. **L. L.**

K. Ernst i H. Herxheimer. **O wpływie czynności sportowych na biały obraz krwi** (Zeitschrift f. d. ges. exp. Med. Bd. 42, H. $\frac{1}{3}$ — 1924).

Autorzy badali ilość ciałek we krwi przy różnych biegach. Biegi krótkie (100—200 m) spowodowały nieznaczne zmiany obrazu. Natomiast po biegach średnich (1500—5000 m) stwierdzono powiększenie się liczby białych ciałek krwi o 41%. Przytem najwięcej pomnożyły się limfocyty, mniej monocyty a ciała neutro- i eozynofilne pozostały prawie bez zmiany. Po pięciomiesięcznym treningu odsetek się zmniejszył. Autorzy są zdania, że nie chodzi tutaj o wyciskanie gruczołów limfatycznych przy pracy, lecz że leukocytoza stoi w związku z nagromadzeniem się produktów energiczniejszej przemiany materji. Natomiast przy treningu ilość tych produktów się zmniejsza, to też liczba ogólna białych ciałek krwi spada. **L. L.**

Dr. Małgorzata Streicher. **Kilka słów o krzywej rocznej**. (Die Quelle, 1924, nr. 2—4.) Prawidła, podług których należy pracować podczas lekcji gimnastyki w ciągu roku rozłożyć, są naogół mało znane; dlatego też nie będzie od rzeczy podać szereg spostrzeżeń, które oparte są na długoletnim doświadczeniu praktycznym i jako takie przedstawiają dla wychowania fizycznego niemałą wartość. Zastanowimy się nad trzema najgłówniejszymi kwestjami, które dotyczą ćwiczeń gimnastycznych w ciągu roku, a mianowicie: 1) nad krzywą natężenia, 2) nad krzywą rocznej pracy nerwowej oraz 3) nad stopniowaniem formy i wysiłku.

1. Krzywa natężenia w ciągu roku.

Praca podczas lekcji gimnastyki nie powinna być w ciągu roku ta sama, lecz musi wzrastać od początku do końca roku. Krzywa roczna natężenia powinna być mniej więcej analogiczna do krzywej przy poszczególnym toku lekcyjnym; jej wysokość zależy naturalnie od wieku, stopnia wyćwiczenia młodzieży i t. d. W ciągu roku wsuwamy lekcje o słabszym natężeniu, zależnie od różnych zewnętrznych czynników (warunki atmosferyczne, obciążenie naukowe i t. p.). Wiadomo ogólnie, że wzrost młodzieży jest latem większy niż zimą. Ponieważ fakt ten stoi prawdopodobnie w związku z używaniem więcej ruchu latem niż zimą, więc należy zimą dać organizmowi większe bodźce do wzrostu w postaci zwiększonego ruchu. Dlatego też powinna krzywa natężenia wzrastać na zimę i spadać na lato. Wymaga tego także stosunek temperatury do ćwiczeń, gdyż ciepło naogół zmniejsza chęć do pracy cielesnej, a zimno natomiast ją potęguje.

Krzywa roczna musi także uwzględnić ogólne obciążenie młodzieży nauką szkolną, spadając tem więcej, im praca umysłowa jest większa. Trzeba jednak zawsze pamiętać o racjonalnem stopniowaniu ćwiczeń, aby nie zaczynać zaraz na początku z trudnemi ćwiczeniami,

Reasumując powyższe powiemy, że roczna krzywa przebiega podobnie jak krzywa toku lekcyjnego; wzrasta ona z początku, by potem znów się obniżyć. Jej punkt kulminacyjny leży w najzimniejszej porze roku. Pod koniec pierwszego półrocza spada cokolwiek, później wznosi się, by już potem pod koniec roku razem z wzrostem temperatury i ogólnego zmęczenia młodzieży pomалу lecz stale się obniżać.

2. Krzywa pracy nerwowej.

Przy krzywej rocznej musimy także uwzględnić wysiłek nerwowy podczas pracy cielejnej; istnieją przecież ćwiczenia, które wymagają więcej uwagi i koncentracji (n. p. szereg ćwiczeń zręcznościowych), a inne znów mniej (chód, bieg). Przy krzywej nerwowej trzeba więc uwzględnić ogólną pracę umysłową, którą uczeń w danym okresie roku wykonywa. Staramy się o możliwie dokładne wyrównanie, stosując w czasach większej pracy szkolnej ćwiczenia, które działają uspokajająco na umysł. Nauczyciel gimnastyki musi się więc orientować w ogólnej pracy szkolnej młodzieży, i dlatego jest pożądane, żeby wychowawca fizyczny prócz gimnastyki udzielał jeszcze innego przedmiotu — teoretycznego.

Pod koniec półrocza i roku muszą więc lekcje gimnastyki mieć pod względem nerwowym charakter odpoczynkowy, gdyż umysł młodzieży w tym czasie jest nadmiernie obciążony pracą szkolną. Z tego też względu jest najlepiej dać uczniom różne objaśnienia i metodyczne wskazówki na początku roku.

Ponieważ układ nerwowy młodzieży jest bardzo czuły na otaczające ją warunki, więc też krzywa napięcia nerwowego musi być bardzo zmienna i nauczyciel musi się od razu wczuć w stan psychiczny klasy i odpowiedniemi ćwiczeniami nań zareagować.

W kwestji napięcia nerwowego lekcji gimnastyki odgrywa wielką rolę jej umieszczenie w rozkładzie dziennym. Lekcja w I. godzinie nie może być ta sama co w V. Gimnastyka w ostatnich godz. n. p. musi zawierać więcej elementów zabawowych; natomiast w pierwszych godz. można dać więcej ćwiczeń wymagających skupienia uwagi.

3. Stopniowanie pracy rocznej.

W ciągu roku należy ćwiczenia racjonalnie stopniować, aby poszczególne lekcje tworzyły razem logiczną całość. Przy stopniowaniu trzeba uwzględnić zarówno formę jak i wysiłek przy ćwiczeniach. Ich podział na różne okresy wieku musi być tego rodzaju, aby otrzymać w ciągu całego życia wielką krzywą, której ramię wstępujące przypada na okres szkolny. W tej części tworzy każdy rok szkolny do pewnego stopnia zamkniętą całość, gdyż krzywa nie może z powodu różnych przyczyn (n. p. roczne wahania siły, zmęczenia, temperatury i t. p.) wzrastać równomiernie w ciągu lat szkolnych. Poziom jej na początku każdego roku jest wyższy niż na początku poprzedniego, lecz spada i wzrasta w ciągu roku. Na całej gałęzi wstępującej jest wzrost większy niż spadek.

Jak już wyżej wspomniano, należy stopniować formę i wysiłek ćwiczeń.

a) Kształcenie formy.

Na nasz organizm możemy dopiero wtenczas kształtująco działać, jeśli znamy jego budowę i właściwości. W tym celu wykonywamy z młodzieżą na początku roku szereg najróżniejszych ćwiczeń, wszystkiemi grupami mięśniowemi, aby poznać dokładnie stan fizyczny danej klasy i jej stopień wyćwiczenia. Jeśli poznamy w ten sposób słabe i mocne strony danej grupy młodzieży, możemy dopiero przejść do rocznego planu, przy którym

należy rozpoznane braki fizyczne i nerwowe wyrównać. A więc przy ogólnej słabości i znużeniu pracujemy wzmacniająco i uwzględniamy momenty przyjemne. Na sztywność stosujemy ćwiczenia rozluźniające i t. d. Po usunięciu tych braków przechodzimy do delikatniejszej pracy a mianowicie kładziemy główny nacisk na poprawność ruchów.

b) Ćwiczenie wysiłku.

Stopniowanie wysiłku wskażemy na 2 przykładach, a mianowicie biegu i skoku. Tylko to dziecko, które wiele biegało, potrafi szybko i wytrwale biegać; na to trzeba też przy zaprawie do biegu zwrócić uwagę. Z początku przerobimy kilka gier bieżnych i przejdziemy później do biegów o charakterze mniej lub więcej emulacyjnym, kładąc coraz większy nacisk na prawidłowy styl. W ten sposób naprowadzamy ucznia na myślowe przerobienie ćwiczeń, gdyż stwierdza on na własnym organizmie zależność wyczynu od formy. Rozumne współzawodnictwo zaś zachęca go do dalszej pracy.

Podobnie stoi sprawa ze skokiem. Należy wykonywać z początku wiele skoków w najróżniejszych formach (skoki zajęcze, kogucie i t. p.) i przechodzić stopniowo do prawidłowego stylu. W końcu można zastosować rozumne współzawodnictwo i techniczne wydoskonalenie.

Patrząc na wyżej wymienione szczegóły, które rozpatrywaliśmy z tych 3 punktów widzenia (cielesna i nerwowa krzywa wysiłku oraz stopniowanie pracy) zauważymy, że one nie przeszkadzają sobie, lecz że się wzajemnie uzupełniają, a do tego powinniśmy przecież dążyć.

L. Lange.

Z towarzystw, instytucyj i zjazdów.

Z posiedzeń lekarzy szkolnych w Ministerstwie W. R. i O. P.

Posiedzenie z dn. 28 maja 1925. Przewodniczący Dr. K o p c z y ń s k i, sekretarz p. S z y m o ń s k a, osób obecnych 52.

Po odczytaniu protokołu z poprzedniego posiedzenia i omówieniu spraw bieżących, Dr. Z a w a d z k i wygłasza referat p. t. „W s k a z a n i a i p r e c i w w s k a z a n i a d o ć w i c z e ń c i e l e s n y c h.”

Ruch, praca mięśniowa, ewentualnie ćwiczenia cielesne są potężnym środkiem rozwojowym, odżywczym i leczniczym — sprawy te wymagają ścisłego dawkowania jakości i ilości pracy zarówno w stanie zdrowia, jak i choroby. Ćwiczenia cielesne wywierają nietylko wpływ na aparat ruchowy i organy wewnętrzne — wywołują one głębokie zmiany chemiczne i biologiczne, wywierają one wpływ na całą przemianę materji, budowę komórki, na psyche i całą jaźń człowieka. Fizjologiczne właściwości ruchu stanowią podstawę do wskazań i przeciwwskazań. Młodzież więc szkolna ćwicząca, znajdująca się w okresie wzmoczonego wzrostu — szczególniej dojrzewania, wymaga bardzo pieczołowitego dozoru lekarskiego. Opieka ta wyrazić się winna bardzo dokładnym badaniem przed przystąpieniem do ćwiczeń, prowadzeniem karty zdrowia i wskazówkami dawanymi kierownikom ćwiczeń co do wyboru ćwiczeń właściwych dla danego stanu zdrowia, wieku i sprawności ćwiczącego. Lekarz winien podzielić klasę na słabych i silnych, kierując się nie wiekiem kalendarzowym lecz fizjologicznym.

W dyskusji przemawiają Drowie J a r o s z y ń s k i, O z i e m b ł o w s k i, K a r p i ń s k i, B e ł k o w s k i, G ę b a r s k i, D r a b c z y k i Ł a p i ń s k a.

Posiedzenie zamknięto o godz. 10¹/₂ wieczorem.

Posiedzenie z dnia 17. IX. 1925 r. Przewodniczący dr. K o p c z y ń s k i, sekretarz p. S z y m o ń s k a, osób obecnych 62.

Po odczytaniu protokołu z poprzedniego posiedzenia, który został przyjęty, przewodniczący i Dr. Zawadzki zdają sprawę z czynności Sekcji higieny szkolnej i wychowania fizycznego na XII zjeździe Lekarzy i Przyrodników w Warszawie.

Dr. K o p c z y ń s k i podaje do wiadomości, że w bieżącym roku zorganizowano 60 obozów letnich przysposobienia wojskowego, mówca wzywał 2 obozy w Łanczynie i Lubieżni, gdzie zgrupowała się prawie cała młodzież ze szkół warszawskich. Mówca podkreśla, że selekcja młodzieży pod względem fizycznym nie była należycie przeprowadzona i lekarze szkolni winni na to większą zwrócić uwagę. Spotykano bowiem jednostki zbyt wątłe do życia obozowego, zwłaszcza młodzież tych szkół, która miała opieki higieniczno-lekarskiej w szkole jak np. na Śląsku w Małopolsce wschodniej. W związku z ustawą wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego, która została oddana pod obrady Sejmu, przewodniczący podaje do wiadomości, że projektowany jest przymus należenia do hufca szkolnego młodzieży męskiej w 6 i 7 klasie, po klasie 6 i 7 młodzież uzupełniać będzie wiadomości wojskowe w obozach.

Lekarze szkolni składają sprawozdania z kolonij letnich organizowanych przez szkoły. Charakter kolonij letnich był wypoczynkowy, leczniczy lub harcerski.

Następujące szkoły średnie w Warszawie zorganizowały kolonie letnie; 2 gimnazjów męskich: im. Batorego, im. Czackiego, im. Władysława IV, im. Reja, Kulwiecia, Niklewskiego, Szkoła Ziemi Kujawskiej, gimnazjum I miejskie; z gimnazjów żeńskich: gimnazjum im. Hoffmanowej, im. Kr. Jadwigi, im. Konopnickiej, im. Słowackiego, Wereckiej, Gałatnickiej, Rudzkiej, im. Cecylii Plater, Zdziennckiej, II żeńskie gimnazjum miejskie, Zaborowskiej, gimn. żeńskie p. t. „Współpraca” (dawne żeńskie Zawod. Naucz. szk. średn.), seminarjum żeńskie Katolickiego Zw. Polek. Oprócz tego kolonij letnią zorganizował Instytut Głuchoniemych i Ociemniałych.

Ze sprawozdań wynika, że przeważały kolonie wypoczynkowe. W 22 szkołach było: 15 kol. odpoczynkowych, 9 harcerskich i 3 lecznicze, te ostatnie były organizowane: w R a b c e, (gimn. im. Konopnickiej), w J a s t r z ę b c u — Z d r o j u (gimn. Rudzkiej, w Uwielinie) seminarjum Kat. Zw. Polek. 909 dzieci korzystało z kolonij letnich, czas trwania kolonij był od 3—10 tygodni, koszt utrzymania dziecka wraz z kosztami podróży od 2—5 zł dziennie, 177 dzieci korzystało z opłat ulgowych (25%—50%), 110 dzieci przebywało na kolonijach bezpłatnie.

Dr. R y t t l ó w n a z Siedlec zdaje sprawę z kolonij letnich organizowanych przez Dyрекcję gimn. państw. im. Kr. Jadwigi w Siedlcach.

Dr. R o s z k o w s k i podaje do wiadomości, że Sekcja Higieny Szkolnej magistratu m. Warszawy zorganizowała 3 kolonie dla 1200 dzieci. W Skolimowie dla dzieci z usposobieniem do gruźlicy w I grupie 100 dz., w II 150 dz. i w III 80 dz. W Kozienicach dla dzieci, posiadających złe skłonności, kolonja o charakterze wychowawczym i III kolonja w Sadowej pod Zieleńcem.

Dr. S t e f a ń s k i porusza sprawę kolonij dla dzieci polskich z zagranicy. Od lat 3 dzieci z Niemiec i Francji przyjeżdżają na wakacje letnie w celu nabrania sił i kontaktu z krajem macierzystym. W I roku przyjechało 400 dz., w II — 1200, w b. r. 2700. Rząd wyasygnował 40 000 zł na ten cel, resztę pokrywają samorządy i ofiarność prywatna. Pobyt dzieci w kraju staje się doskonałą propagandą polskości.

Przewodniczący stwierdza znaczny ruch w organizowaniu kolonij letnich w szkołach.

Posiedzenie zamknięto o 10 godz. wieczorem,

Posiedzenie z dnia 22 października 1925 r. Przewodniczący Dr. K o p c z y Ń s k i, sekretarz p. S z y m o Ń s k a, osób obecnych 60

Po odczytaniu protokołu z poprzedniego posiedzenia i omówieniu spraw bieżących, Dr. D y b o w s k i (Lwów) wygłasza referat p. t. „W i e k f i z j o l o g i c z n y”.

Prelegent przeciwstawia kalendarzowemu wiekowi dziecka stopień jego fizycznego rozwoju i zastanawia się nad praktycznymi sposobami oceny, czy wiek i osiągnięty stopień rozwoju wzajemnie sobie odpowiadają. W tym celu omawia używane we lwowskiej pracowni sportowo-lekarskiej metody badań antropometrycznych i fizjologicznych, ich dotychczasowe wyniki i prawdopodobną wartość w przyszłości. Grupa pomiarów wysokości — stojąc i siedząc — łącznie z wagą ciała pozwala na ogólną ocenę osobników i włączenie ich do pewnych typów budowy ciała. Brak jednak obszernych statystyk polskich i na ich podstawie opracowanych tablic precyzyjnych odbiera możliwość należytego zużytkowania obserwacji. Tablice wydane przez filadelfski Wydział Szkolny w Ameryce stanowią doskonały przykład celowości, nie mogą być jednak użyte dla młodzieży polskiej, zwłaszcza, że porównanie cyfr tablic z wynikami polskimi zdawałoby się przemawiać za 2—3-letniem opóźnieniem rozwoju młodzieży polskiej na skutek wojny. Opracowanie tablic podobnego typu dla Polski byłoby bardzo cennem, jest jednak obecnie ogromnie utrudnione nierównomiernością skutków wojny.

Grupa pomiarów klatki piersiowej została w stosunku do zaleceń międzynarodowych rozszerzoną przez wprowadzenie prócz obwodu mieczykowego także i pachowego; ułatwia te ocenę działania górnych części płuc i ich stosunku do dolnych. Cyfry absolutne obwodów nie są tak ważne i nie dadzą się bezpiecznie zużytkować ze względu na duże możliwości błędów. Lepszym materiałem są różnice wdechowo-wydechowe oraz średnice przednio-tylna i poprzeczna. Ocena przedstawia te same trudności co grupa pierwsza. Pomiaru natury czynnościowej: rytmu oddechowego w spokoju i pojemności życiowej mogą oddać duże usługi; wspomniane i demonstrowane tablice wykazują znaczne niezgodności. U młodzieży i starszych cennem uzupełnieniem jest próba F I a c k a zatrzymania oddechu, dająca niezłe wyobrażenie o funkcjonalnej wartości aparatu oddechowego.

Pomiara tętniczego ciśnienia maksymalnego i minimalnego aparatem P a c h o n a (oscylometrem), dalej tętna w spokoju i po zmęczeniu oraz powrót do normy, stahowią wytyczne do oceny stanu aparatu krwionośnego. Podane przez prelegenta statystyki i na nich oparte tablice wykazują również duże sprzeczności, skutkiem czego posługiwanie się nimi jest ogromnie utrudnionem. Badania oscylometryczne mają największą wartość dla wyeliminowania jednostek chorych, trójca badań: tętna w spokoju, po zmęczeniu i powrotu do normy stanowi podstawę dla oceny stopnia wyrobienia serca. Prelegent zwraca specjalną uwagę na wypadki arytmji po zmęczeniu, dalej szybkiego zwolnienia tętna po zmęczeniu już w 2 i 3 minucie, by w następnych znowu ulec przyspieszeniu; osobniki tego rodzaju nawet przy bardzo dobrem wyrobieniu fizycznym reszty organizmu, wykazują małą odporność serca na zmęczenie, dużą skłonność do przemęczenia, niestałość wyników i wymagają częstej opieki lekarskiej. Dalej zwraca prelegent uwagę na częste w Polsce zjawiska niewspółmierności między wyrobieniem ciała i serca; to ostatnie pozostaje w tyle, jest fizjologicznie biorąc jak gdyby młodszym od reszty organizmu i zawodzi przy większem, a zdawałoby się na podstawie ogólnego wyrobienia dopuszczalnym obciążeniu pracą.

Jako ostatnia grupa była omawianą sprawa pomiarów dynamometrycznych, uwzględniających ścisk ręką prawą i lewą, siłę mięśni łopatkowych w rozciąganiu, oraz mięśni wyprostnych grzbietu. Okazane tablice wyka-

zują ogromną różnicę między mężczyznami a kobietami, znacznie przekraczającą ogólnie przyznawane 25%.

Prelegent kończy wskazówką na liczne w ostatnich czasach zestawienia przeciętnych wyczynów gimnastycznych i sportowych jako umożliwiające niezłą ocenę fizycznego wyrobienia badanego osobnika. Badania tego rodzaju będą w przyszłości bardzo ważnym uzupełnieniem wyżej wspomnianych, po opracowaniu naturalnie przeciętnych dla młodzieży polskiej.

W końcu podkreśla prelegent ogromną trudność pracy obecnej, gdyż wszelkie tablice, przeciętne itp. należałoby obliczać osobno dla ogromnej większości młodzieży, zupełnie niewyrobionej fizycznie, gdyż prawie zupełnie niećwiczącej, osobno zaś młodzieży wyrobionej fizycznie, zwłaszcza zaś sportowej w kilku istniejących w Polsce ośrodkach sportowych.

W dyskusji nad referatem zabierają głos Drowie Zawadzki, Polewski i Bogdanowicz.

Posiedzenie zamknięto o 10 g. wiecz.

Ze Sekcyj Wych. Fiz. Tow. Naucz. Szk. Śr. i Wyż.

Sprawozdanie Sekcji Hig. i Wych. Fiz. T. N. S. W. we Lwowie od września do listopada b. r.

W tym czasie Sekcja odbyła 3 posiedzenia oraz 6 posiedzeń Wydziału. Na I-szem posiedzeniu Prezydium Sekcji złożyło sprawozdanie ze swej działalności w czasie wakacyj. Sekcja Hig. i Wych. Fiz. T. N. S. W. wraz z Tow. „Dzieci na wieś” — urządziła 8 kolonij dla 430 młodzieży szkół średnich. 60 młodzieży umieszczono bezpłatnie. Ogółem na ten cel zebrała Sekcja 4.382 zł 46 gr; wydano na kolonie 3.129 zł 42 gr. Pozostałą kwotę 1.253 zł 04 gr umieszczono w P. K. O. na dalszą akcję w tym kierunku. W obecnym roku szkolnym uchwalono zwołać zebranie, na które wezwani będą wszyscy członkowie sekcji t. i. lekarze szkolni i wych. fizyczni, oraz będą zaproszone dyrekcje szkół, delegacje gron naucz., kół rodzicielskich i delegacje szeregu Towarzystw. Na tem zebraniu Sekcja zainicjuje organizację szeregu kolonij — tak by każdy zakład miał osobną stałą swą koloniję.

Wobec projektu ustawy powszechnego wych. fizycznego i przysposob. wojsk. uchwalono zorganizować I zjazd okręgowy lekarzy szkolnych i wych. fizycznych — z obszaru Kuratorjum lwowskiego, oraz zorganizować Sekcję okręgową lekarzy szkolnych i wych. fizycznych. Zjazd ten odbył się w dniach 6—8 grudnia (sprawozdanie ogłosimy w nast. numerze).

Na dalszym posiedzeniu Dr. Kilar zdał sprawozdanie ze zjazdu lekarzy i przyrodników w Warszawie.

Omówiono sprawę organizacji biblioteki Sekcji.

Po pertraktacjach Wydziału Sekcji z Sokołem — Macierzą, uchwalono w tym roku urządzić ślizgawkę dla młodzieży szkół średnich i powszechnych na boisku Sokoła — Macierzy. Omówiono też zmianę regulaminu Sekcji w duchu Sekcji poznańskiej.

Na czas najbliższy zgłoszono następujące referaty: O systemie Knudseny (Fr. Kapałka). O systemie Niels Bukha (T. Dręgievicz). O leczeniu lampą kwarcową (dr. Kilar).

Za Wydział Sekcji

E. Rudnicka, sekr.

Ze Sekcji Wych. Fizycz. Poznańskiego Okręgu T. N. S. W.

Dnia 7. XI. odbyło się w gmachu Studium Wych. Fiz. pierwsze powakacyjne zebranie plenarne członków Sekcji Wych. Fiz. Pozn. Okr. T. N. S. W. przy udziale 35 osób z Poznania i prowincji, poprzedzone posiedzeniem seminaryjnym, w którym wzięła udział większość przybyłych członków Sekcji jako goście. Po powitaniu zebranych przez przewodniczącą prof.

Piaseckiego, wygłosił p. dr. Szuman referat p. t. „Stan wychowania fizycznego w Okręgu Szkolnym Poznańskim w roku 1924-25”, w którym objął następujące punkty: 1) kwalifikacje nauczycieli, 2) ilość i uposażenie sal i boisk, 3) ilość godzin gimnastyki, zwalnianie i nieszczęśliwe wypadki, 4) ilość godzin i stan gier i zabaw, 5) wycieczki, 6) sporty: pływanie, wioślarstwo, kolarstwo i narciarstwo, 7) kluby, hufce szkolne i harcerstwo, 8) zawody, 9) sprawozdanie z funduszu na gry i zabawy. Referatem tym dał jasny obraz, o ile w ostatnich czasach posunęliśmy się naprzód na polu wych. fiz. i jak wiele jeszcze robić należy.

Kol. Skopowski (Leszno) odczytał referat p. t. „Sprawozdanie krytyczne z zawodów międzyszkolnych w r. 1925 w Okręgu Poznańskim” w którym porównał zawody poznańskie z zawodami w innych środowiskach Polski, przedstawił organizację i przeprowadzenie zawodów, zainteresowanie się publiczności, wyniki; usterki i wady, wreszcie własny pogląd na rzecz całą.

Po skończonym referacie rozwinięto dyskusję nad ewent. zmianami w przyszłych zawodach. W dyskusji brali udział kol. Skopowski, Łukowski, Nędziński, Jagielnicki, Woźniński, prof. Piasecki, dr. Szuman, ppłk. Sikorski.

Z kolei przystąpiono do wyboru komisji do przyszłych zawodów. Z różnych propozycji wyłoniła się jako najprostsza, wybrać wspólną komisję dla zawodów żeńskich i męskich i to z 3 koleżanek (2 Poznania, 1 z prowincji), oraz wszystkich kolegów z komisji zeszłorocznej z dobraniem kol. Skopowskiego (Leszno) i Sygnarskiego (Bydgoszcz), a w zastępstwie kpt. Barana kpt. Wierzejewski.

Jako następny punkt prof. Piasecki podaje do wiadomości, że na naradzie międzysekcyjnej przy okazji Zjazdu Przyrodników i Lekarzy proponowano pewne zmiany w ustroju Sekcji a mianowicie: 1) Sekcje mają mieć tytuł „Sekcje wychowania fizycznego i higieny szkolnej”. 2) Organizacja ma być ogólnopolska, składać się z Okręgów, a każdy okręg z grup lokalnych, 3) dla lekarzy szkolnych należy poczynić pewne przywileje, aby chętniej w Sekcjach pracowali.

Postulaty powyższe dotyczące regulaminu przyjęto i upoważniono Zarząd Sekcji do dalszego przeprowadzenia ogólnopolskiej organizacji na ich zasadzie.

W wolnych głosach zabierają głos: kol. Skopowski proponuje obowiązkowe należenie członków do T. N. S. W., na co przewodniczący daje wyjaśnienie, że tylko członkowie T. N. S. W. mogą być członkami Sekcji, nieczłonkowie zaś mogą być gośćmi z głosem doradczym. Przewodniczący prosi o zgłaszanie referatów na przyszłe zebrania. Dr. Szuman proponuje jako tematy do opracowania: 1) Kluby sportowe, 2) Egzaminowanie z gimnastyki.

Po dyskusji uchwalono wysłanie do Kuratorjum następujących wniosków:

- 1) aby Kuratorjum przeznaczyło pewną kwotę z funduszu na gry i zabawy na urządzenie zawodów międzyszkolnych,
- 2) aby godziny gimnastyki dawano w szkołach średnich tylko siłom fachowym.

Zebranie zakończono o godz. 23.

Pigońówna, sekretarka.

Sekcja Wych. Fiz. przy Okręgu śląskim T. N. S. W.

Dnia 11 października 1925 odbyło się Walne Zebranie wychowawców fiz. szkół śred. Woj. Śląsk. w Katowicach. Zebranie otworzył prof. Alfred Hamburger, którego wybrano przewodniczącym, sekretarzem zaś prof. H. Boryczkę. Po krótkim wyjaśnieniu znaczenia organizacji dla spraw wych. fizycz., przewodniczący przedłożył zebrany pytania: a) czy należy założyć Sekcję, b) gdzie ją założyć.

Po krótkiej dyskusji jednogłośnie uchwalono założyć Sekcję z siedzibą w Katowicach przy Okr. Kole T. N. S. Śr. i W.

Następnie uchwalono, aby odczytać i przejrzeć przedłożony przez prof. Hamburgera regulamin wzorowany na regulaminach pokrewnych Sekcji (Warszawa, Poznań, Kraków, Lwów), celem zaznajomienia obecnych z jego treścią. Przy omawianiu poszczególnych części regulaminu poczyniono pewne poprawki, celem dostosowania go do miejscowych potrzeb, które będą w nowym regulaminie uwidocznione. Składkę uchwalono w wysokości 50 gr. miesięcznie. Członek Sekcji musi być również członkiem miejscowego Koła T. N. S. Śr. i W.

Następnie przystąpiono do wyborów tymczasowego Zarządu Sekcji, na podstawie przyjętego regulaminu a to: przewodniczącego, zastępcy i czterech członków. Na przewodniczącego Sekcji wybrano jednogłośnie przez aklamację prof. A. Hamburgera z Katowic, na zastępcę wybrano prof. Wład. Szymońskiego z Król. Huty. Do Zarządu weszli: pp. Henryk Boryczko z Bielska, Jan Musiał z Szarleja, L. Tomkiewiczówna z Król. Kuty oraz Z. Bendkowski z Mysłowic.

Następnie wybrano Komisję rewizyjną, do której wchodzi pp. Zofja Bałabanówna z Katowic, Brodzki Alfons z Tarn. Gór, Markowski Włodzimierz z Król. Huty.

Zebrani wyrazili życzenie, aby posiedzenia Sekcji mogły się odbywać co kwartał, a posiedzenia Zarządu w miarę potrzeby. Wybrany Zarząd ukonstytuował się, wybierając zast. przew. kol. Szymońskiego skarbnikiem, sekretarką kol. Tomkiewiczównę, bibliotekarzem i gospodarzem kol. Bendkowskiego.

L. Tomkiewiczówna, sekr. A. Hamburger, przewodniczący.

Sprawozdanie roczne Sekcji Wychowania Fizycznego Tow. Naucz.

Szkoł Śr. i Wyż. w Warszawie.

Zarząd obecny Sekcji Wych. Fiz., wybrany d. 25 XI. 24, składał się z następujących osób: Andrzej Starzyński, przewodniczący, Henryk Sieciński, wiceprzewodniczący, Feliksa Engelman, sekretarka, Marja Szymańska, skarbniczka, Florjan Francikowski. Komisja Rewizyjna: Helena Olszewska, Lucyna Kobylańska, Bronisław Sosiński.

Zarząd rozpoczął swą pracę d. 1 XII., postanowił urządzać zebrania Sekcji co 3 tygodnie, oraz wypełniać je przeważnie rzeczowemi referatami.

Zebrzań referatowych było 12, organizacyjnych 5, zebr. zarządu 25.

1) Wygłoszono następujące referaty: d. 4 XII. p. Francikowski: „Metoda Nielsa Bukha“, d. 13. I. p. Raszke: „Piłka nożna“, d. 3 III. p. Gebethnerówna: „Jak określić sprawność fizyczną“, 24. III. p. Wejrauch: „Lekkoatletyka w szkole“, 21. IV. p. Jadwiga Łada: „Gimnastyka syntetyczna Bret-Hart-Burtona“, 5. V. dr. M. Skokowska: „Kwalifikacje młodzieży do zawodów sportowych na podstawie wieku fizjologicznego“, 19. V. p. Grabowski: „Wycieczka łodzią żaglową na Hel i z powrotem“, 15. IX. p. Olszewska: „Sprawozdanie z kursu w Poznaniu“, 29. IX. kpt. Kurlitto: „Wychowanie fizyczne w Danji“, 5. X. Prof. Piasecki (Poznań): „Zadania Sekcji Wych. Fiz.“, 11. XI. p. Olszewska: „Sprawozdanie z kursu w Poznaniu“ (dok.).

Nie wszystkie prace i projekty zarządu Sekcji zostały rzeczywiście, wiele spraw wskutek obojętności ogółu lub niesprzyjających okoliczności zostało w sferze projektów.

2) Kurs boks i szermierki. Zapewniono sale w Szkole Podchorążych i instruktora por. Laskowskiego — mimo to kurs się nie odbył wskutek niedostatecznej liczby kandydatów.

3) Projektowano również zamieszczanie w prasie artykułów z dziedziny wychowania fizycznego w szkole. Projekt nie został urzeczywistniony, gdyż nie nadesłano ani jednego artykułu.

4) Dnia 9. XII. na zebraniu ogólnym poruszono sprawę pokazów i zawodów międzyszkolnych. Zebrani postanowili urządzić zawody lekkoatletyczne i pływackie o nagrodę wędrowną Sekcji Wych. Fiz. Co do pokazu, wobec niezbyt dodatnich wyników zeszlatorocznych postanowiono go nie urządzić. Projektowane zawody jednak nie odbyły się, bowiem Komitet Zawodów Szkół Państwowych nie zgodził się na wspólne zawody ze szkołami niepaństwowymi, a odłożone do jesieni nie doszły do skutku z powodu zbyt małej liczby zgłoszeń.

5) Na jednym z pierwszych zebrań Sekcji W. F. postanowiono zorganizować w Warszawie w końcu czerwca 1925 r. Wszechpolski Zjazd Nauczycieli Gimnastyki. Sprawę powierzono Komisji Zjazdowej, uzyskano poparcie Zarządu Głównego T. N. S. W., poczyniono kroki celem uzyskania prelegentów na Zjazd; wybrano Komisję programową i pokazową. W kwietniu otrzymano list od Sekcji Krakowskiej Wych. Fiz. z prośbą aby, ze względu na zapowiadany Zjazd Przyrodników i Lekarzy, Zjazd Nauczycieli Gimnastyki odłożyć. Na skutek tego listu Komisja Zjazdowa zdecydowała Zjazd na czas nieograniczony odłożyć.

6) Wobec zaproszenia Sekcji Wych. Fiz. Zjazdu Przyrodników i Lekarzy do udziału w Zjeździe, zarząd uprosił p. Olszewską o wygłoszenie na Zjeździe referatu. P. Olszewska zadeklarowała referat „Stosunek szkoły do spraw wychowania fizycznego”. Referat ten nie został wygłoszony z powodu wyjazdu referentki do Poznania.

7) Na skutek referatu p. M. Skokowskiej „Kwalifikacje młodzieży do zawodów sportowych na podstawie wieku fizjologicznego”, wybrano Komisję, która miała rozpatrzyć sprawę przeprowadzenia pomiarów w szkołach i ustalenia skali wyczynów na podstawie wieku fizjologicznego. Też Komisji powierzono sprawę powszechnej odznaki sportowej, Komisja postanowiła poruszyć sprawę na zebraniu lekarzy szkolnych.

8) W związku z referatem prof. E. Piaseckiego „Zadania Sekcji Wych. Fiz.” postanowiono nawiązać ściślejszy kontakt z lekarzami szkolnymi i instruktorami wojskowymi.

9) W maju zorganizowano Komisję Pływacką, która miała na celu wyznaczenie terenu i instruktorów do nauki pływania. W czerwcu Komisja zawiadomiła Sekcję, że młodzież szkolna będzie mogła korzystać z pływalni miejskiej.

10) Uznając potrzebę utworzenia biblioteki, dającej możliwość członkom Sekcji korzystania z dzieł fachowych, a trudno dostępnych ze względu na cenę, postanowiono przystąpić do zorganizowania biblioteki. Dziś w bibliotece sekcji znajduje się około 200 tomów w językach polskim i obcych z dziedziny wychowania fizycznego. Książki umieszczono w specjalnie zakupionej szafie. Kierownictwo biblioteki powierzono p. Żółtowskiej.

11) Chcąc umożliwić członkom sekcji osobiste wyćwiczenie, zorganizowano komplety gimnastyczne dla pań pod kierunkiem p. Gebethnerówny i dla panów pod kierunkiem p. Kuśmidrowicza.

12) 20. III na ogólnym zebraniu Koła Warsz. T. N. S. W. p. A. Starzyński referował sprawę przeniesienia gimnastyki do II kategorii przedmiotów nauczania. Zebranie opowiedziało się za przeniesieniem wszystkich przedmiotów pierwszej kategorii do drugiej.

13) W sprawie uznania kwalifikacji słuchaczy I Państw. Kursu Wych. Fiz., z inicjatywy zarządu delegacja tegoż kursu udała się do p. ministra W. R. i O. P. z odpowiednim memorjałem. Mimo przychylniej opinii p. ministra, nie udało się nic uzyskać, a to ze względu na wyraźne brzmienie

ustawy, dającej kwalifikacje conajmniej rocznym kursom. Słuchacze I Państw. Kursu muszą zdawać egzamin uproszczony, ponieważ ich zaświadczenia posiadają niefortunne określenie „półroczny”.

14) Na propozycję Zarządu Głównego T. N. S. W., aby przedstawić kandydata do Rady Naczelnej Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, na posiedzeniu d. 9. X. postanowiono zaproponować prof. Ciechanowskiego z Krakowa, ewentualnie p. Francikowskiego z Warszawy.

15) W celu propagandy wychowania fizycznego wśród szerokich mas, zorganizowano cykl odczytów w sali Tow. Hłgienicznego. Dn 15. XI prof. E. Piasecki wygłosił odczyt: „Z dziejów wychowania fizycznego”; d. 22. XI doc. T. Jaroszyński — „Higjena i psychologia sportu”; d. 29. XI. dr. J. Gruner: „Lekkoatletyka w zimie (zadania zawodnika, trenera i organizatorów)”; d. 6. XII. pułk. A. Bobkowski: „Sporty zimowe u nas i zagranicą”.

Trzy odczyty były ilustrowane przezroczami, ostatni pokazem kinowym. Frekwencja na odczytach wahała się od 500 do 160 słuchaczy. Wobec wysokiej opłaty za salę, a niskiej stosunkowo ceny miejsc, odczyty dały deficyt w wysokości 223 zł, który częściowo pokryty będzie przez T. N. S. W.

16) Chcąc zaznajomić nauczycielstwo z najnowszymi kierunkami w dziedzinie gimnastyki szkolnej, zorganizowano 10-dniowy kurs gimnastyki pod kierunkiem pułk. W. Sikorskiego (Poznań), delegowanego w tym celu przez Min. Spraw Wojsk. Kurs trwał od 26. XI. do 5. XII. po 3 godziny dziennie. Wynik kursu bardzo pomyślny. Uczestniczyło w nim około 80 osób. Oprócz zajęć praktycznych i wykładów, odbył się cały szereg pokazów lekcji wzorowych. Kuratorjum Warszawskie zwolniło uczestników kursu na czas trwania tegoż od zajęć popołudniowych.

Za Zarząd Sekcji

F. Engelman, sekretarka.

A. Starzyński, przewodn.

XII Zjazd Lekarzy i Przyrodników Polskich.

Sprawozdanie z posiedzeń Sekcji Higjeny Szkolnej i Wychowania Fizycznego
(12—16 lipca 1925).

A. Podsekcja Higjeny Szkolnej.

Posiedzenie 13 lipca przedpołudniem.

Gospodarze Sekcji: Dr. St. Kopczyński (Warszawa), Dr. A. I. Maciecha (Płock). Sekretarz: Dr. A. Majewski (Krzemieniec). Osób obecnych na posiedzeniu 52.

Temat ogólny: 1. Przeciążenie młodzieży szkolnej.

Referenci: Prof. Uniw. K. Jonscher (Poznań), Dr. S. Szuman (Poznań), Dr. J. Oziębłowski (Warszawa). Referaty ogłoszono w zes. 3—4 „Wych. Fiz.” z r. 1925.

Dyskusja: Prof. Uniw. Piasecki (Poznań): Ankieta kol. Oziębłowskiego dowiodła zmniejszenia przeciążenia pracą domową. Nie uległa jednak zmianie niemniej szkodliwa sedenterja szkolna; toteż niezbędnem jest uchwalenie rezulucji za redukcją planów nauczania. Tem bardziej, że wymiar godzin jest obliczony na zastosowanie heurezy (pracownie, wycieczki etc.), co w praktyce z reguły niewykonalne (brak urządzeń, przepełnione klasy, nauczyciel niewyszkolony).

Prof. Firewicz: Na przeciążenie wpływają fatalne warunki mieszkaniowe. Potrzeba burs i świetlic. Przedwczesna modyfikacja programów jeszcze niewypróbowanych, szkodliwa.

Dr. Nasiłowski (Dąbrowa Górnicza) zwraca uwagę na potrzebę indywidualizacji nauczania.

Dr. Handełsmān (Łódź): Koniecznym jest zmniejszenie programu matematyki, fizyki i łaciny w gimnazjum humanistycznym — zwłaszcza żeńskim, zredukowanie do minimum prac domowych, zniesienie przedmiotów pozaobowiązkowych.

Dr. Szaykowska (Białystok): Szkodliwe są klasówki, przepytywanie w końcu okresów, należy zmniejszyć liczbę okresów, wcześniejsze kończenie zajęć w dzień gier i zabaw.

Dr. Wojnicz (Łuck): Potrzebne jest zmniejszenie programu szkolnego zwłaszcza w porze letniej, niezbędny jest regulamin dla uczniów zwłaszcza na kresach wschodnich.

Dr. Kopczyński (Warszawa): Sprawa przeciążenia wiąże się z organizacją całego szkolnictwa i stosunku szkół średnich do szkół powszechnych i do szkół wyższych. Skoro te sprawy zostaną rozwiązane i należycie uregulowane, to wówczas sprawa przeciążenia będzie mniej aktualną.

Francikowski (Warszawa): W pięciogodzinnym programie szkoły średniej winno się znaleźć miejsce na codzienne ćwiczenia cielesne.

Po wyczerpaniu dyskusji uchwalono wniosek:

Sekcja higieny szkolnej i wychowania fizycznego uchwała zwrócenie się za pośrednictwem prezydium Zjazdu do Ministerstwa W. R. i O. P. z prośbą przedsięwzięcia wszelkich możliwych środków w celu zwalczania przeciążenia w szkołach.

Tematy szczegółowe.

2. Uczniowie dojeżdżający pod względem zdrowia, postępów w nauce i moralności.

Referenci: Dr. S. Szuman (Poznań), Dr. W. Ossowski (Skierniewice). Referaty ogłoszone na wstępie niniejszego zeszytu „Wych. Fiz.”

Wniosek: Sekcja uchwała naglącą potrzebę zakładania burs i internatów dla niezamożnej i potrzebującej mieszkań młodzieży szkolnej.

3. Organizacja opieki higieniczno-lekarskiej nad szkołami.

Referat dra St. Kopczyńskiego (streszczony w zesz. 3—4 „W. F.” z roku 1925, str. 258). Po referacie, Dr. A. Maciesza podnosi zasługi Dra Kopczyńskiego położone od lat 25 na polu higieny szkolnej w Polsce, co zebrani przyjmują owacyjnie.

Dyskusja: Dr. Roszkowski (Warszawa) mówi obszerniej o opiece lekarskiej nad szkołami powszechnymi w Warszawie i podkreśla konieczność otoczenia opieką tą także przedszkoli. Lekarze szkolni winni mieć ciągłość w badaniu rozwoju każdego ucznia.

Dr. Dudziński (Nowy Sącz) mówił w sprawie Kas Chorych i ich roli, jaką spełniać mogą w udzielaniu pomocy lekarskiej młodzieży szkolnej.

Dr. Gutentag (Łódź): Wydziały higieny szkolnej przy magistratach winny być połączone raczej z wydziałami szkolnymi a nie z wydziałem zdrowia publicznego. Dzieciom szkół powszechnych należy ułatwiać korzystanie z kąpeli miejskich.

Prof. Jonscher (Poznań): Lekarze szkolni winni posiadać przede wszystkim praktykę pediatryczną.

Posiedzenie popołudniowe (wspólne z sekcją laryngologiczną)
Przewodniczący Dr. Szuman.

4. Badanie słuchu dzieci w szkołach, ref. Dr. Guranowski (Warszawa).

5. Organizacja szkół dla dzieci polskich upośledzonych słuchowo, ref. Dr. Zamenhof (Warszawa).

6. Leczenie dzieci, dotkniętych zboczeniami mowy, ref. Dr. Dobrzański (Lwów).

Dyskusja: Dr. Guranowski (Warszawa): najważniejszą rzeczą jest badanie uszów, gardła, nosa u dzieci najmłodszych, winien to robić lekarz specjalista. Dzieci z silnie osłabionym słuchem wymagają indywidualnego uczenia.

Prof. Zalewski (Lwów). Lekarz szkolny winien posiadać znajomość otolaryngologii. Dzieci wstępujące do szkoły powszechnej należy badać dokładnie. Zmiany w drogach oddechowych sprzyjają powstawaniu jąkania.

Dr. Jarecki (Warszawa) mówi o różnych postaciach jąkania, o współpracy na tem polu otolaryngologa z neurologiem, mówi o potrzebie zakładania szkół dla dzieci głuchych, o potrzebie otwierania przynajmniej w większych miastach poradni ortofonicznych.

7. Kąpieliska szkolne, ref. Dr. Maciesza (Płock). Ogłoszony na czele tego zeszytu.

8. Badania nad gnidami i wszawicą głowy (*pediculi capitis*) u dzieci w szkole, ref. Dr. Szuman (Poznań).

Dyskusja: Dr. Roszkowski (Warszawa), Radzi stosować esencję octową 1:2 wody. Zaleca też środek cuprex fabr. Mercka.

9. Badania książek pod względem higienicznym, prof. Gądzikiewicz (Kraków); referat nadesłany.

B. Podsekcja wychowania fizycznego.

Posiedzenie 14 lipca 1925 r. o god. 9 rano, obecnych 43 osoby.

Gospodarz: Dr. Wł. Świątopełk-Zawadzki Przewodniczący: Prof. E. Piasecki (Poznań), sekretarz: Dr. Majewski (Krzemieniec).

Referat główny: 1. Rola lekarza w wychowaniu fizycznym.

Referenci: a) Prof. St. Ciechanowski (Kraków) — Rola lekarza w wychowaniu wogóle, a w szczególności w wychowaniu fizycznym (patrz „W. F.” 1925, z. 3—4).

b) Dr. K. Mitkiewicz (Warszawa) — Rola lekarza szkolnego w wychowaniu fizycznym (patrz na czele niniejszego zesz.).

c) Dr. Wł. Św.-Zawadzki (Warszawa) — Kontrola lekarska, wskazania i przeciwwskazania ćwiczeń cielesnych (streszczono powyżej, w sprawozd. z posiedzeń lekarzy szkol. w Min. W. R. i O. P.).

d) Dr. T. Jaroszyński (Warszawa) — Psychologia ćwiczeń cielesnych (patrz „W. F.” 1925, z. 3—4).

Posiedzenie popołudniowe wspólnie z Sekcją medycyny wojskowej. Przewodniczący: Dr. Szuman (Poznań), sekretarz: Dr. Majewski (Krzemieniec). Tematy szczegółowe:

2. Prof. Ciechanowski (Kraków) — Koref. ppłk. Dr. Osmolski (Warszawa). Powszechne wychowanie fizyczne jako przysposobienie wojskowe ludności (patrz „W. F.” 1925, z. 3—4).

3. Prof. Piasecki (Poznań) — Wychowanie fizyczne w szkołach akademickich (patrz jak wyżej).

4. Ppłk. Dr. Osmolski (Warszawa) — Poradnie sportowe. Lekarskie (patrz j. w.).

5. Dr. Eug. Krajewski (Katowice) — Przyczynek do nauki o szmerach sercowych pochodzenia czynnościowego u sportowców (patrz j. w.).

6. M. Germanówna (Lwów). — Ćwiczenia cielesne w przedszkole (ref. nadesłany).

7. F. Fidziński (Kraków) — Koła sportowe młodzieży (patrz. j. w.).

8. Z. Wyrobek (Kraków) — Organizacja gier ruchowych (ref. nadesłany; patrz j. w.).

Posiedzenie z dn. 15 lipca 1925 r.

9. Dr. Bogusławski (Łódź)—Znaczenie wychowania fizycznego młodzieży dla kultury narodu.

Następnie członkowie Sekcji zwiedzili wspólnie dwa wzorowe gmachy szkolne: Gimnazjum państw, im. Królowej Jadwigi i gimnazjum państw. im. St. Batorego,

Tyle znajdujemy w sprawozdaniu oficjalnem. Poświęciliśmy w „Wychowaniu Fizycznym” wiele miejsca temu niepośledniemu zdarzeniu, jakie stanowi dla pracy w naszej dziedzinie XII Zjazd Lekarzy i Przyrodników Polskich, a w nim Sekcja Higieny Szkolnej i Wychowania Fizycznego. Referaty, których brak miejsca nie dozwolił nam wydrukować choćby w streszczeniu, ukażą się zapewne w innych organach prasy lekarskiej, higienicznej, czy pedagogicznej in extenso, nadto zaś dość obszerne skróty pojawiają się w przygotowywanym obecnie Pamiętniku Zjazdu.

Obrazy naszej Sekcji były w dwojakiem znaczeniu słowa jubileuszowymi. Po pierwsze, w r. 1925 upływało ćwierćwiecze od czasu inauguracji istotnie nowoczesnego ruchu higieny szkolnej w Polsce. Przypomniał ten fakt w swym referacie Dr. St. K o p c z y ń s k i, przypomnieli inni, że było to zarazem dwudziestopięciolecie jego wytrwałej i planowej pracy w tej dziedzinie.

O innym jubileuszu zapomniano, o ile nam wiadomo. Zapomniano do tego stopnia, że gdy „Stadjon”, przy okazji wyjścia pierwszego pozjazdowego zeszytu „Wychowania Fizycznego”, omawiał jego treść, wyrażono tam żal, że dopiero XII Zjazd Lekarzy i Przyrodników Polskich pomyślał o wydzieleniu tak ważnej gałęzi nauki w osobną Sekcję. Tymczasem ta Sekcja Wychowania Fizycznego obchodziła już tym razem swe srebrne gody...

Sekcja Wychowania Fizycznego powstała, w obrębie omawianych tu Zjazdów, po raz pierwszy w r. 1900. Gdy organizowano wówczas IX Zjazd Lek. i Przyr. Pol. w Krakowie, z inicjatywą utworzenia takiej Sekcji wystąpił Dr. Eug. P i a s e c k i (wówczas we Lwowie). Myśl jego podjął z całym zapałem ś. p. Prof. H Jordan, a jako wpływowy członek Komitetu Gospodarczego Zjazdu, wkrótce przekonał nawet niechętnych. Sekcja otrzymała numer kolejny XXIV, na szarym więc końcu, lecz według świadectwa samychże władz zjazdowych, oddanego na ostatniem posiedzeniu plenarnem, wybiła się na plan pierwszy. Niemniejsze znaczenie posiadała ta Sekcja (obecnie jako XXVI) w następnym X-tym Zjeździe (Lwów 1907). Rozszerzono jej program na higienę szkolną, powiększono ilość referatów i pokazów. Połączona ze Zjazdem wystawa w tym dziale daje też rzeczy naprawdę wybitne.

Zjazd XI (Kraków 1911) zapisał się mniej dodatnio w tej mierze. Zabrakło już J o r d a n a między jego organizatorami. Zwyciężyła też myśl „redukcji” tej i kilku innych Sekcyj, mimo ich nad wszelką wątpliwość udowodnionej żywotności. Referaty tego działu przyłączono do Sekcji higienicznej, przeładowując ją dotkliwie, gdyż ruch umysłowy na naszym polu szedł przecie ciągle naprzód. Długa przerwa w Zjazdach Lek. i Przyr., spowodowana wojną i trudnemi czasami powojennemi, przyczyniła się raczej do dalszego wyodrębnienia tej dziedziny, traktowanej tymczasem w osobnych Sekcjach trzech Zjazdów Higienistów Polskich, Pol. Kongresu Sportowego itp. Wskreszenie zatem tej (tym razem już XXXI-jej) Sekcji na XII Zjeździe było tylko dojrzałym owocem ćwierćwiekowego rozwoju.

Dwa zeszyty (właściwie trzy, bo pierwszy podwójny) „Wychowania Fizycznego”, zajęte w znacznej mierze pracami Zjazdu, to dostateczny dowód naszego uznania dla jego doniosłości i zasługi, by nam dał prawo poczynienia pewnych uwag krytycznych. Pierwsza z nich pod adresem Komitetu Gospodarczego, a dotyczy fatalnie, zdaniem naszym, wybranego terminu

Zjazdu. Połowa lipca jest porą możliwie najnieodgodniejszą dla wszystkich, pracujących na terenie szkolnym, więc nauczycieli, lekarzy i t. p. Na frekwencji i ożywieniu obrad naszej Sekcji odbiło się to szczególnie niekorzystnie, uniemożliwiając, nadto, zorganizowanie pokazów. To było też przyczyną projektu urządzenia osobnego Zjazdu wychowawców fizycznych w czerwcu, którego zaniechano, by nie szkodzić udziałowi danych sfer w Zjeździe ogólnym. Udział wychowawców pozostał mimo to słabym: wśród nazwisk głośniejszych, świecili nieobecnością Germanówna, Olszewska, Dręgiewicz, Sikorski, Wyrobek, a tylko niektórzy z nich przysłali swe referaty.

Druą uwaga dotyczy organizacji obrad Podsekcji Wychowania Fizycznego. Odbijała ona jaskrawo od swej siostrzycy, Podsekcji Higieny Szkolnej, zupełnym brakiem dyskusji nad licznymi i ciekawymi referatami, oraz brakiem powzięcia jakiegokolwiek uchwały. Wada, jak widzimy, bardzo poważna. Wszak do pierwszorzędných zadań zjazdów należy właśnie możność gruntownego przedyskutowania tematów im przedłożonych. Inaczej stają się luźnymi serjami odczytów, czy kursami i w znacznej mierze mijają się ze swem zadaniem. Czemu przypisać w tym przypadku tak zasadniczy błąd? Nie brakowi zainteresowania u uczestników, gdyż ci bardzo żywo domagali się otwarcia dyskusji zaraz po głównej grupie referatów, tak jak bywa zwykle i jak było na pierwszej Podsekcji. Spotkali się jednak ze stanowczym oporem organizatorów Sekcji, którzy dyskusję przełożyli na dzień następny, gdy spora część członków Zjazdu już się rozjeżdżała. Takich błędów należałoby uniknąć następnym razem.

Z ruchu ćwiczebnego.

Sprawozdanie

ze stanu wychowania fizycznego w szkołach Okręgu Szkolnego Krakowskiego w 1923/24 r. szk. na podstawie danych z kwestjonariuszy*).

A. Szkoły państwowe

(gimnazjów 29, seminarjów nauczycielskich 8, wszystkie nadesłały odpowiedzi).

Salę gimnastyczne. a) Gimnazja państwowe. Na 29 gimn. państw. tylko 10 gim. (34%) posiadało własną salę gimnastyczną, z tych było sal urządzonych 6 (20%).

Nie posiadało sal gimnastycznych 19 gimn. (66%), a z tych korzystało z sal obcych 9 gimn. (33%): a zatem 10 gim. prowadziło ćwiczenia cieleśne na dziedzińcu szkolnym lub w klasach. W 11 gimnazjach (38%) brak umywalni a zatem młodzież nie ma możności mycia rąk po ćwiczeniach. W 11 gimn. (38%) ćwiczy młodzież w obuwiu codziennem, przyczyniając się do zanieczyszczenia sali.

b) Seminarja nauczycielskie. Z 8 sem. wogóle tylko 3 sem. (37,5%) posiadało sale gimnastyczne własne, sale te wyposażone były w przyrządy gimnastyczne, reszta seminarjów korzystała z sal innych instytucyj szkolnych lub z sal łow. Sokół.

Boiska. a) Gimnazja państwowe. Do prowadzenia gier i zabaw ruchowych na wolnem powietrzu 4 gimn. państw. (14%) posiadały boiska własne (gimn. VIII Kraków, Jasło, Mielec, Myślenice), 21 gimn. (72%)

* Nadesłane łaskawie przez p. wizytatora higieny w Min. Oświecenia, Dra St. Kopyńskiego. Dane dotyczą, jak wiadomo, jednego z najlepiej w tej dziedzinie uposażonych okręgów, pozostającego pod wytrawną opieką wiz. Z. Wyrobka.

korzystało z boisk obcych, 12 gimn. (41%) posiadało dziedzińce szkolne nadające się do prowadzenia gier i zabaw.

b) Seminarja nauczycielskie. Wszystkie seminarja korzystały tylko z boisk obcych, istniejące bowiem dziedzińce szkolne, 5 dz. (63%) niebardzo się nadawały do tego celu.

W całym okręgu szkolnym przeważnie w wypadkach powyższych braków tak gimnazja jak i seminarja korzystały z sal i boisk Tow. Sokół.

Przybory do gier i zabaw ruchowych posiadały wszystkie gimnazja i seminarja nauczycielskie.

Z ogólnikowych odpowiedzi nie można było wywnioskować, na jakie przybory do gier był wydatkowany fundusz gier i zabaw.

Łódzie własne posiadało: gimn. św. Jacka (1 łódź), gimn. im. Witkowskiego (1 łódź) w Krakowie, gimn. w Nowym Targu 20 małych łodzi roboty własnej uczniów.

Ćwiczenia metodyczne. a) Gimnazja państwowe. Ćwiczenia metodyczne (2 godz. tygodniowo dla każdej klasy) prowadzono stosownie do pory w salach gimnastycznych lub na boisku; w 4 gimn. ćwiczeń metodycznych nie prowadzono wcale (Wadowice, Wieliczka, Zakopane) dla braku nauczyciela, w Tarnowie w gimn. I (brak motywów). Na dziedzińcu lub w izbach szkolnych prowadzono ćwiczenia w II i VII gimn. w Krakowie oraz w gimn. w Nowym Targu, w XI gimn. w Krakowie tylko na boisku.

b) W 2 seminarjach nauczycielskich w Kętach i w Żywcu przeważnie tylko na dziedzińcu szkolnym.

Gry i zabawy popołudniowe. Prowadzono wszędzie w gimnazjach państw. i Seminarjach nauczycielskich.

Sporty, wnosząc w nadesłanych odpowiedzi, słabo rozwinięte. Na 12624 ucz. gimnazjów państwowych umie pływać 2400 — 19%, wiosłować 321 — 4%, ślizgać się 2604 — 20,6%, uprawia kolarstwo 1317 — 10,4%, uprawia narciarstwo 533 — 4%.

Jak stoją sporty w państwowych seminarjach nauczycielskich, nie dało się wywnioskować z nadesłanych odpowiedzi.

B. Szkolnictwo prywatne¹

(19 szk. śred. ogólnoksz. i 14 semin. naucz. z wszystkie nadesłały odpowiedzi).

Sale i boiska. a) Gimnazja. W szkołach średnich ogólnokształcących na 19 szk. 8 zakładów (42%) posiada własne sale gimnastyczne, z tych 5 (26%) urządzonych. Boisk własnych 7 (37%), przeważnie w szkołach o charakterze zamkniętym, prowadzonych przez zgromadzenia zakonne.

b) Seminarja nauczycielskie. Na 14 seminarjów nauczycielskich 8 sem. posiada własną salę gimnastyczną, z tych 6 sal urządzonych, reszta seminarjów korzysta z sal obcych. Boisk własnych posiada 5 sem. (62,5%).

Ćwiczenia metodyczne. a) Gimnazja. Ćwiczenia metodyczne prowadzone były wszędzie zgodnie z programem ministerjalnym (2 godz. tyg.), z wyjątkiem 2 gimn. z powodu braku nauczycieli (Jasło g. ż. i Tarnów g. im. Orzeszkowej). W gimnazjum OO. Salezjanów w Krakowie zgodnie z regulaminem szkoły chłopcy ćwiczą codziennie.

b) Seminarja nauczycielskie. We wszystkich zakładach prowadzono ćwiczenia metodyczne zgodnie z programem ministerjalnym 3 godz. tygodniowo.

Gry i zabawy popołudniowe. a) Gimnazja. Gry i zabawy popołudniowe prowadziło 14 szk. (74%), przeważnie w godzinach od 2 — 4 p. p.

b) Seminarja nauczycielskie. Gry i zabawy popołudniowe stosowano w 9 sem. (64%).

Sporty. O sportach szkoły prywatne mało piszą, tylko sprawozdanie z gimn. ż. H. Kaplińskiej wykazuje pewne zainteresowanie sportem w szkole:

13% umie pływać, 14% wiosłować, 8% jeździ na rowerze, 49% się ślizga, 82% saneczkuje, 30% gra w tenisa, 18% jeździ konno.

Nauczyciele ćwiczeń cielesnych. a) Na 29 gimnazjów państwowych 24 gimn. posiadały nauczycieli kwalifikowanych (83%), z tych 14 nauczycieli ukończyło roczne Państw. Kursy Wychowania Fizycznego, 10 naucz. miało egzamin na nauczycieli szkół średnich z czasów austriackich. W 2 gimn. byli nauczyciele niewykwalifikowani (Myślenice i I gimn. w Tarnowie) w 3 gimn. (Wadowice, Wieliczka, Zakopane) nauczycieli ćwiczeń nie było. W gimn. państw. w Białej jakkolwiek był nauczyciel wykwalifikowany, Józef Dychtoń, poświęcał on jednak zakładowi 8 godzin, resztę ćwiczeń prowadziło 2 nauczycieli bez kwalifikacji.

b) Na 8 seminarjów naucz. państw., 4 (50%) sem. posiadały siły wykwalifikowane, w 2 sem. nauczyciele mający ukończony państw. Kurs Wych. Fiz., w 2 semin. naucz. z egzaminem na nauczycieli szkół średnich z czasów austriackich, w 4 sem. (Stary Sącz, Tarnów, Kęty, Żywiec) byli nauczyciele bez kwalifikacji.

Sprawa fachowych sił nauczycielskich z dziedziny wychowcnia fizycznego w całym Okręgu Szkolnym Krakowskim w roku 1923/24 przedstawia się następująco:

	Liczba szkół	Nauczyciele		
		kwalif.	niekwalif.	brak
gimnazja państwowe	29	24 = 83%	2 = 7%	3 = 10%
szk. średnie pryw.	19	7 = 37%	10 = 53%	2 = 10%
państw. sem. naucz.	8	4 = 50%	4 = 50%	—
pryw. scmin. naucz.	14	9 = 64%	5 = 36%	—
Szkół ogółem	70	44 = 63%	21 = 30%	5 = 7%

Święto sportowe młodzieży 1925 *)

Okr. Szk. Białostocki.

Okólnikiem z dnia 21. II. 25. Nr. 2713/II 25. Kuratorjum podało do wiadomości dyrekcji kół średnich ogólnokształcących, seminarjów i preparand nauczycielskich w okręgu treść pisma Ministerstwa w tej sprawie, polecając ze swej strony nadesłanie sprawozdania z dnia święta sportowego do dnia 25. IX. 25.

Ze sprawozdań, otrzymanych od dyrekcji szkół, wynika, że święta sportowe młodzieży szkolnej odbywały się w m-cach maju i wrześniu b. r.

Na uwzględnienie zasługują międzyszkolne święta sportowe, jakie odbyły się w Białymstoku, Grodnie, Kolnie, Lidzie, Ostrołęce, Stonimie i Suwałkach. Program święta był naogół następujący: 1) Pięciobój wojskowy, 2) Bieg okrężny, 3) Popisy gimnastyczne, 4) Piłka siatkowa, 5) Wyścigi rowerowe, 6) Popisy hufców wyszkolenia wojskowego, 7) Match piłki nożnej, 8) Popisy orkiestry szkolnej (Grodno) i 9) Rozdanie nagród.

Ćwiczenia poprzedzały nabożeństwa w miejscowych kościołach, przyczem wygłoszono przemówienia okolicznościowe. Na ćwiczeniach obecni byli przedstawiciele miejscowych władz i społeczeństwa.

Prócz ćwiczeń lokalnych międzyszkolnych, szkoły w Okręgu szkolnym Białostockim brały udział w ćwiczeniach Okręgowego święta sportowego, zorganizowanego przez Dowództwa Okręgu Korpusów Nr. I. i Nr. IX. Dowództwo Okr. Korp. Nr. I w rozkazie Nr. 81 z dnia 30. VI. 25 wyraziło podziękowanie tut. Kuratorjum za popieranie pracy, mającej na celu wychowanie fizyczne młodzieży, a Dow. Okr. Korp. Nr. IX. nadesłało tabelę wyników sportowo-wojskowych, uzyskanych podczas Okręgowego Święta Sportowego odbytego w dniu 28 i 29 czerwca 1925 r. Z tabeli tej wynika, że uczniowie szkół w tut. Okręgu, biorący udział w Okręgowym Święcie Sportowym, otrzymali również nagrody.

*) Patrz też zesz. 2 i 3—4 poprz. roczn. „Wych. Fiz.” (1925).

Kuratorjum donosi, że z przyznanych przez Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego z dnia 15 maja 1925 roku Nr. 4136/25 O. Prez. 300 (trzysta) zł. na nagrody dla drużyn zwycięskich w święcie sportowem, Kuratorjum wydało dotychczas zł. 76, która to kwota przekazana została Dowództwu Okr. Korp. Nr. IX. na ufundowanie nagrody dla najlepszego zawodnika.

Opóźnienie niniejszego sprawozdania nastąpiło wskutek tego, że niektóre Dyrekcje szkół z powodu stałej niepogody w m-cu maju 1925 r., zorganizowały święta sportowe w m-cu wrześniu.

Sprawozdanie z zawodów międzyszkolnych Okręgu Szkolnego Pomorskiego w r. 1924/25*).

Okręg Szkolny Pomorski nie miał ogólnego święta sportowego, lecz cały szereg zawodów lokalnych. Poniżej podajemy najważniejsze dane według wyczerpującej tabeli, nadesłanej łaskawie przez Kuratorjum okręgu. Sprawozdania ze świąt sportowych nadesłało 16 gimnazjów (13 męskich, 3 żeńskie) oraz 7 seminarjów (5 męskich, 1 żeńskie i 1 mieszane), a mianowicie: Gimnazja męskie, Brodnica, Chełmno, Chełmża, Chojnice, Grudziądz (klas.), Grudziądz (mat.-przyr.), Kościerzyna, Lubawa (progimn.), Starogard, Świecie, Toruń (f. n.), Wąbrzeźno, Wejherowo; żeńskie Chełmno, Grudziądz, Toruń (miejskie). Seminarja męskie: Grudziądz (Stan. Staszica), Grudziądz (z jęz. wykł. niem.), Kościerzyna, Toruń, Tuchola; żeńskie Toruń; mieszane Wejherowo. Zawody odbywały się w czasie od 3. V. do 22. VI. 1925. Zakłady szkolne, które nie nadesłały sprawozdań, nie urządziły świąt sportowych.

Na program składały się ćwiczenia lekkoatletyczne, gry i zabawy, gimnastyka, tańce. Oto ważniejsze szczegóły: *Lekka atletyka*. Prawie wyłącznie młodzież męska, poza 2 zakładami żeńskimi, które urządziły bieg na 60 m (9,6"—9,8")**), skok w dal (3,80—3,72 cm) i wzwyz (115 cm). Biegi: 100 m — 15 zakładów (11,5"—14,1"), 200 m 1 zakł. (25"), 400 m — 5 zakł. (1'0,4"—1'4,2"), 800 m — 4 zakł. (2'19,2"—2'36,9"), 1500 m — 2 zakł. (5'4"—5'14"). Skoki w dal — 18 zakł. (5,72—4,85 cm), wzwyz — 16 zakł. (1,60 — 1,35 m), o tyczce — 9 zakł. (3,01 — 2,15 m). Rzuty dyskiem — 5 zakł. (26,04 — 22,30 m), oszczepem — 11 zakł. (37,50 — 31,05 m), granatem — 2 zakł. (49,63 — 46,88 m), kulą — 15 zakł. (wyników z powodu używania kul różnej wagi nie podajemy). Poza tem urządziły niektóre zakłady wieloboje w najrozmaitszych kombinacjach, np. bieg 50 m, skok przez konia i rzut piłką; dalej najrozmaitsze biegi rozstawne. W nielicznych wypadkach podzielono młodzież na różne grupy zależnie od wieku. *Gry i zabawy*. Piłka nożna — 4 zakł.; piłka latająca — 3 zakł.; piętówka — 3 zakł.; piłka ręczna — 3 zakł.; palant — 6 zakł., koszykowa — 6 zakł.; tamburyno — 5 zakł.

Pozatem urządzono w nielicznych wypadkach tańce, korowody, ćwiczenia łukami, łaskami i maczugami, strzelanie z wojskowej broni, zawody wioślarskie, rzuty granatem do celu, zawody tenisowe, hokejowe i inne. Popisowe lekcje gimnastyki urządziło 5 zakładów.

Sport polski od wiosny do jesieni 1925 r.

Mimo dość trudnych warunków, sport nasz rozwijał się w r. b. żywiołowo. Do trudnych warunków zaliczyć należy prawie wyłącznie ciężkie położenie finansowe Państwa. W związku z niem pozostaje pustka w kasach

*) Sprawozdanie to otrzymaliśmy podczas druku n-ru poprzedniego, tak, że go nie mogliśmy pomieścić.

***) Liczby podane w nawiasach oznaczają najlepszy i najgorszy z wyników maksymalnych, osiągniętych przy poszczególnych zawodach lokalnych.

związkowych i klubowych, ponieważ frekwencja publiczności na zawodach zmalała w stosunku do roku ubiegłego prawie o 50%. Brak finansów i ciągła walka z deficytami nie pozwala na realizowanie szeroko zakrojonych planów. Cały szereg młodych towarzystw zaledwie wegetuje, a nawet poważne towarzystwa, jak Cracovia, Wisła i Pogoń z trudem równoważą swój budżet. Pomimo to, na polu sportowem postąpiliśmy znacznie naprzód. Świadczą o tem najlepiej poważne sukcesy międzynarodowe w hippice, lekkiej atletyce i in. sportach. O sukcesach takich rok jeszcze temu nie mogliśmy marzyć. Zbliżamy się więc szybko do zagranicy.

Mistrzostwa tegoroczne wykazały olbrzymi postęp we wszystkich działach. Masowy udział zbwodników, równy poziom, poprawa wyraźna w technice i w stylu są oznaką tego bezsprzeczną. Organizacyjnie wyrażają się i związki nasze i poszczególne towarzystwa.

W przyszłości troską naszą musi być jak najwięcej masowe traktowanie sportów i demokratyzacja w najszerszem tego słowa znaczeniu. Narazie za wiele jeszcze zwracamy uwagi na wyniki i na jednostki, co z punktu widzenia siły narodu nie jest założeniem dobrem. Największe postępy w stosunku do roku ubiegłego poczyniliśmy w lekkiej atletyce i w sportach wodnych, natomiast piłka nożna wykazała pewne obniżenia, przynajmniej na terenie międzynarodowym. Największe sukcesy osiągnęła hippika. Przejdźmy obecnie kolejno najważniejsze wydarzenia sportowe sezonu wiosennego i letniego, które obejmuje właściwy rok sportowy.

Hippika. Jeźdźcy nasi zasłużyli w r. b. na specjalne uznanie świata sportowego ze względu na swe wybitne sukcesy międzynarodowe okrywające splendorem nasz sport zagranicą. Zdobyćcie p u h a r u n a r o d ó w w N i c e i przy najsilniejszej konkurencji międzynarodowej jest sukcesem poważnym, mówiącym za siebie. Również zajęcie drugiego miejsca na wielkich międzynarodowych zawodach w Londynie (po Anglii) jest sukcesem wybitnym. Jeźdźcy nasi spotkali się tam z nowymi warunkami (zawody w hali), do których nie przywykli i dlatego jedynie ulegli gospodarzom, bijąc jednak pewnie różne narodowości. Jeźdźcy polscy zyskali ogólne uznanie nie tylko z powodu zwycięstwa, ale także dla pięknej, mogącej służyć innym za wzór techniki jazdy.

Piłka nożna. Mistrzostwo Polski. Rozegrane w sezonie wiosennym zawody o tytuł mistrza Polski, były ciekawe w dwu grupach: zachodniej i północnej, wykazując równy poziom gry i niepewność, do ostatniej chwili co do zwycięscy, w grupie wschodniej natomiast zwyciężyła Pogoń dużą różnicą punktów. — Do finału stanęli mistrze trzech grup. Wisła (grupa zachodnia), Warta (grupa północna), Pogoń (grupa wschodnia).

Wyniki walk finałowych były następujące: Pogoń — Warta 2 : 2 (we Lwowie), Pogoń — Wisła 1 : 0 (we Lwowie), Warta — Wisła 2 : 1 (w Krakowie), Pogoń — Warta 4 : 1 (w Poznaniu), Warta — Wisła 1 : 0 (w Poznaniu).

Ostatecznie więc tabela wygląda następująco: I. Pogoń (Lwów) 7 pkt. mistrz Polski; II. Warta (Poznań) 3 pkt.; III. Wisła (Kraków) 0 pkt.

Pogoń zdobyła zasłużony tytuł mistrza Polski, gdyż jest drużyną lepszą technicznie i taktycznie, posiada lepszy system gry, a co może jest rzeczą najważniejszą gra równo. Pogoń najlepiej w dobie obecnej reprezentuje naszą piłkę nożną w spotkaniach zagranicznych, tak klasą gry, jak i wynikami. Warta słusznie zajęła drugie miejsce. Wadą jej jest jednak duża nierówność formy, o czem najlepiej świadczą wyniki z Pogonią. Potrafiła ona uzyskać we Lwowie zaszczytny wynik remisowy, w Poznaniu zaś na własnem boisku przegrała wysoko. Wisła w zakresie gier o mistrzostwo wykazała dość słabą formę i przegrała obie gry w Krakowie, co oczywiście zadecydowało o 3 miejscu. Jak więc rezultaty zawodów grupowych można

było uważać za niespodziankę, (grupa zachodnia i północna) — tak rezultat gier finałowych jest naszym zdaniem zupełnie sprawiedliwy.

Spotkania międzynarodowe. Smutno przedstawia się nasz bilans spotkań międzynarodowych w r. ub., gdyż nie mamy do zanotowania ani jednego zwycięstwa. Różnie kombinowane zespoły reprezentacyjne oparte raz na szkielecie mistrza Polski, to znowu na selekcji najlepszych graczy w Polsce. Świadczą w pewnej dezorjentacji co do najlepszej narodowej jednostki. Żadne inne państwo nie wykazuje tak dużych zmian w swych składach. Przyczyny naszych niepowodzeń tkwią oprócz tego w nienależym i niedość wczesnym zestawieniu drużyny, a dalej w braku zupełnym przygotowań treningowych. Decentralne położenie naszych ośrodków piłkarskich jest również dużym minusem; rzecz pewna, że żaden z naszych kapitanów związkowych nie jest z tych właśnie powodów w stanie dokonać przeglądu naszych najlepszych sił i zorientować się w wyborze. Rzecz charakterystyczna, że w pierwszym i w drugim roku uzyskiwaliśmy lepsze wyniki na arenie międzynarodowej. Wówczas jednak skład nasz opierał się głównie na Cracovii, która znajdowała się w świetnej formie. Najgorzej przedstawia się nasz wynik z Estonją (0 : 0), który jest równy klęsce, gdyż Estonja jest dziś jednym z najsłabszych narodów w piłce nożnej. Jako najlepszy dowód, że nie jesteśmy w stosunku do zagranicy tak słabi, jak to mówią tegoroczne wyniki międzynarodowych gier, służyć może fakt, że cały szereg wybitnych drużyn zagranicznych poniosło porażkę w spotkaniach z naszymi najlepszymi drużynami Pogonia, Cracovia, Wisła, Polonia, Warta. Ł. K. S. i in.

Rezultaty gier międzynarodowych są następujące:

Węgry — Polska 2 : 0 (0 : 0) — w Krakowie. Skład drużyny polskiej następujący: Görlitz (Pogoń) — Olearczyk (Pogoń), Kaczor (Wisła) — Hanke (Pogoń), Gieras (Wisła), Fichtel (Pogoń) — Słonecki, Baczyński, Kuchar, Garbień, Szabakiewicz, wszyscy z Pogoni. Zwycięstwo Węgrów i tym razem do zera, jak wszystkie dotychczasowe. Węgrzy wygrali za słuszenie, górując technicznie i taktycznie, zwłaszcza w drugiej połowie. Drużyna nasza, a właściwie drużyna Pogoni, zawiodła.

Czechosłowacja — Polska 2 : 2 (1 : 1) w Pradze. Skład Polski: Görlitz (Pogoń), — Olearczyk (Pogoń), Cyll (Ł. K. S.), — Hanke (Pogoń), Gieras (Wisła), Spojda (Warta), — Adamek (Wisła), Baczyński (Pogoń), Kuchar W. Pogoń, Przybysz (Warta), Sperling (Cracovia). Drugie międzynarodowe spotkanie skończyło się również przegraną, choć skład Czechów nie był najlepszy. Zestawienie najlepszych naszych graczy zawiodło również.

Polska — Finlandja 2 : 2 (1 : 2). Polska — Estonja (0 : 0). Ostatnie wreszcie tournée do krajów północnych nie przyniosło również spodziewanych sukcesów. Wynik z Finlandją należy uważać za dość dobry, gdyż Finowie poprawiają się stale w piłce nożnej, natomiast wynik z Estonją jest równy przegranej, — jak już wspomnieliśmy.

Skład drużyny polskiej, różny od poprzednich znacznie, był tym razem następujący: Görlitz (Pogoń) — Gintel (Cracovia), Kmiciński (Czarni) — Hanke (Pogoń), Chruściński (Cracovia), Spojda (Warta) — Słonecki (Pogoń), Staliński (Warta), Kałuża (Cracovia), Ciszewski (Cracovia), Sperling (Cracovia).

Z innych spotkań, które są równoznaczne prawie ze spotkaniami międzynarodowymi, wymienić wypada:

Małopolska — Tallin 3 : 0, Praga — Kraków 3 : 0, Praga — Warszawa 3 : 2. W spotkaniach natomiast naszych drużyn z najlepszą klasą zagraniczną mamy do zanotowania cały szereg zwycięstw, które nie sposób byłoby tu wliczać. Dość przytoczyć, że Cracovia pokonała dwukrotnie Wienne, Pogoń Amatorów i Hakoah, Warta Törekves i t. d.

Szwecja — Polska 6:2. Szwecja — Kraków 4:1. Ostatnie spotkania międzynarodowe w sezonie nie tylko, że nie poprawiły dotychczasowych porażek, ale powiększyły serje o dwie największe przegrane. Szwecja wygrała bezapelacyjnie wysoko i zasłużenie. Nie szukajmy kozłów ofiarnych i przyznajmy się jak dżentelmeni do przegranej z drużyną stanowczo lepszą. Szwedzi górowali taktyką, siłą fizyczną i szybkością. Drużyna nasza nie stała w roku ubiegłym na wysokości zadania. Ciągłe zmiany i brak należytego przygotowania nie mogły dać podstaw dla stworzenia jednostki jednolitej. Skład drużyny polskiej: Malczyk — Gintel, Pychowski — Hanke, Chruściński, Zastawniak — Adamek, Staliński, Kałuża, Kuchar, Sperling.

Lekka atletyka. W tym dziale sportu uczyniliśmy duży krok naprzód. W r. b. ustanowiono cały szereg nowych rekordów, a co najważniejsza, podniósł się ogólnie poziom lekkiej atletyki. Szybko zbliżamy się do poziomu Zachodu, którego prasa sportowa podkreśla nasze sukcesy. Po raz pierwszy dotychczas potrafili nasi lekkoatleci uzyskać sukcesy na zawodach międzynarodowych w Paryżu (Gruner), Londynie (Gruner i Szydłowski) i Brukseli (Konopacka).

Zeszłoroczne mistrzostwa Polski stały na wysokim poziomie i zasłużyły w zupełności na tę nazwę. Wyniki ich są następujące:

Bieg 100 mtr. 1) Szenajch (Warszawianka) 10.9 sek. (rekord polski).
2) Rothert (Polonja).

Bieg 200 mtr. 1) Rothert (Polonja) 23.6. 2) Szenajch (Warszawianka).

Bieg 400 mtr. 1) Rothert (Polonja) 52,6 sek. 2) Weiss (A. Z. S. Warsz.).

Bieg 800 mtr. 1) Kostrzewski (A. Z. S. Warszawa) 2 min. 2.8 sek.
2) Forys (Warszawianka).

Bieg 1500 mtr. 1) Forys (Warszawianka) 4 min. 21 sek. 2) Malanowski (A. Z. S.).

Bieg 5 klm. 1) Freyer (I. F. C. Katowice) 16 min. 28.2 sek. 2) Łukaszewicz (Polonja).

Bieg 10 klm. 1) Freyer (I. F. C. Katowice) 34 min. 47 sek. 2) Łukaszewicz (Polonja).

110 mtr. przez płotki. 1) Cejzik (Polonja) 17,6 sek. 2) Trojanowski (A. Z. S. Warszawa).

400 mtr. przez płotki. 1) Kostrzewski (A. Z. S. Warszawa) 59.4 sek. (rekord polski). 2) Korolkiewicz (Polonja).

Bieg rozstawnny 4×100 mtr. 1) Polonja (Warszawa) 46,5 sek. 2) A. Z. S. Warszawa

Bieg rozstawnny 4×400 mtr. 1) A. Z. S. (Warszawa) 3 min. 39 sek.
2) A. Z. S. II. (Warszawa).

Chód 2 klm. 1) Ptaszycki (Orzeł Biały Warsz.) 10 min. 7 sek. 2) Banaszkiwicz (A. Z. S. Warsz.).

Rzut dyskiem. 1) Szydłowski (A. Z. S. Warsz.) 38 mtr. 20 ctm.
2) Cejzik (Polonja) 36 mtr. 88¹/₂ ctm.

Rzut oszczepem. 1) Gonnet (A. Z. S. Warsz.) 53 mtr. 31 ctm. 2) Szydłowski (A. Z. S. Warsz.) 50 mtr. 34 ctm.

Rzut młotem. 1) Cejzik (Polonja) 30 mtr. 92 ctm. (rekord polski).
2) Splichal (Cracovia).

Pchnięcie kulą. 1) Cejzik (Polonja) 11 mtr. 76 ctm. 2) Urbaniak (Warta) 11 mtr. 30 ctm.

Skok wzwyż. 1) Cejzik 170 ctm. 2) Fryszczyn (Polonja) 166 ctm.

Skok w dal. 1) Dobrowolski (A. Z. S. Warsz.) 663 ctm. (rekord polski). 2) Nowosielski (Cracovia) 662¹/₂ ctm. 3) Szulc (A. Z. S. Warszawa) 627 ctm.

Skok o tyczce. 1) Adamczak (A. Z. S. Poznań) 343½ ctm. (rekord polski). 2) Rzepka (A. Z. S. Lwów).

Poza konkursem osiąga Rzepka (A. Z. S. Lwów) nowy rekord polski, skacząc 353 ctm.

Trójskok. 1) Cejzik (Polonia) 12 mtr. 80 ctm. 2) Nowosielski (Cra-covia) 12 mtr. 56 ctm.

Organizacja zawodów stała na należytych poziomach. Tym razem przeprowadzał ją Kraków, który szybkim rozwojem u siebie lekkiej atletyki w ostatnich dwu latach zasłużył na ten zaszczyt. Bieżnia była nieco za miękka, pozatem urzędzenia sportowe odpowiadały wymogom. Warszawa górowała bezwzględnie nad innymi okręgami. Polonia i A. Z. S. rywalizowały ze sobą zawzięcie. Ten ostatni zwyciężył ostatecznie minimalną różnicą. Drugie miejsce wśród okręgów zajął Górny Śląsk, trzecie Kraków, czwarte Poznań. Zawodnicy wykazali dużą poprawę tak pod względem wyników jak i technicznego opanowania lekkiej atletyki. Zawody międzynarodowe A. Z. S. warszawskiego wypadły stosunkowo blado, gdyż liczba zgłoszeń zagranicznych była minimalna.

Nowe rekordy Polski w rzucie kulą. Por. Baran Józef, znajdujący się obecnie na kursie w Centralnej Wojskowej Szkole Gimnastyki i Sportów osiągnął dwa nowe rekordy w rzucie kulą ręką dowolną 12 mtr. 45 ctm. i oburącz 21 mtr. 83½ ctm.

(Dok. nast.)

kpt. J. Baran.

Notatki bibliograficzne.

Dzieła opatrzone gwiazdką * omówiono powyżej w dziale „Oceny książek”.

Anatomja, fizjologia.

R. Ege og E. Thomsen. Menneskets fysiologi. København (Gyldendalske Bogh.) 1925, str. 325.

W. T. Grenfell. Yourself and your body. London (Hodder & Stoughton) 1925, str. 317.

C. O. Lönnqvist. Gymnastiken och rörelsefysiologen. Stockholm (H. Hansson) 1924, str. 94.

J. A. Myers. Vital capacity of the lungs. Baltimore (Williams & Wilkins Co.) 1925, str. 140.

Higjena, patologia i terapia.

W. H. Burnham. The normal mind. An introduction to mental hygiene and the hygiene of school instruction. New York (Appleton & Co.) 1925, str. 702.

H. Leslie Cronk. An introduction to school medicine. London (H. K. Lewis) 1925, str. 236.

Prof. Uniw. P. Gantkowski. O leczeniu alkoholików i zwalczaniu alkoholizmu. Wilno (Odb. z Archiwum Higjenu) 1925, str. 32.

Idem. Co każdy o suchotach płucnych wiedzieć powinien. Poznań (Druk. św. Wojciecha) 1925, str. 26.

* Prof. Uniw. W. Gądzikiewicz. Higjena książki. Lwów (Książnica-Atlas) 1925, str. 29.

Dr. G. Ichok. La protection sociale de la santé. Paris (M. Riviere) 1925,

Dr. Wł. Koskowski. O nikotynie i paleniu tytoniu. Bibl. higien. tom IX. Lwów (Książnica - Atlas) 1925, str. 40.

J. S. Leunbach. Racehygiejne. København (Martin) 1925, str. 94.

Ministerstwo W. R. i O. P. Projekty budynków szkół powszechnych. Warszawa (Książnica - Atlas) 1925.

Dr. Cl. Mulon. Manuel élémentaire de puériculture. 2 ed. Paris (Masson & Co) 1925, str. 234.

Pedagogika.

Bojarski. Technologia pracy ręcznej. Lwów — Warszawa (Książnica - Atlas) 1925.

J. Demoor et T. Jonckheere. La science de l'éducation. 3. ed. Bruxelles (Lamartin) et Paris (F. Alcan) 1925.

Ministerstwo W. R. i O. P. Program gimnazjum państwowego. Gimnazjum niższe cz. V. ćwiczenia cielesne i pogadanki higieniczne, wyd. VI. Warszawa (Książnica - Atlas) 1925, str. 28.

Wychowanie fizyczne w ogólności, gimnastyka.

W. J. Cromie. Gymnastics in education. New York (Lea & Febiger) 1925, str. 217.

E. Dowling. Terminology and comanding. Edinburgh (Turnbull & Spears) 1925.

M. Guilhelm. L'éducation physique à l'école maternelle. Pau (odb. z Rev. d. Jeux Scol) 1925, str. 31.

Ettie A. Rout. Sex and exercise. London (Heinemann) 1925, str. 97, ilustr.

A. R. Wayman. Education through physical education. Its organization and administration for girls and women. New York (Lea & Febiger) 1925, str. 356.

Gry i zabawy, sporty.

Bellin du Coteau. L'entraînement sportif. Paris (Flammarion) 1925.

A. Benecke. Schul- u. Sportschwimmen. Stuttgart (Deut. Verlagsges.) 1925, str. 273.

J. Chmielowski i M. Świerż. Taty Wysokie. t. I i II. Kraków (wyd. Sekcji Tur. Tow. Tatr.) 1925, ilustr.

* Inż. M. Dudryk. Przewodnik narciarski po terenach Karpat Wschodnich. Kraków (nakł. Pol. Zw. Narc.) 1925, str. 32, z mapą.

S. C. Elliott-Lynn. Athletics for women and girls. London (Robert Scott) 1925.

Z. Hartleb. Szabla polska. Lwów (Ossolineum) 1926, str. 59+XII, 80 tabl.

* G. Hébert. Le sport contre l'éducation physique. Paris (Vuibert) 1925.

* F. Henze. Boks w obrazach. 4 atlasiki po 14 tablic. Warszawa (M. Arct) 1925.

M. Kurz. Alpinisme hivernal. Paris (Payot) 1925, str. 393, ilustr.

Dr. R. Ledent et L. Wellens. Sport et hygiène. Liège 1925.

H. Lóvland og Dr. C. Schiøtz. Idraetsbok for norske gutter. Oslo (Aschehoug) 1925, str. 340, ilustr.

A. Minkowski, ppłk. Obozy letnie P. W. Warszawa (Bibl. sport. „Stadjonu“ nr. 3.) 1925, str. 24.

Narciarstwo Polskie. Roczników Polskiego Związku Narciarskiego tom. I. Kraków (nakł. Pol. Zw. Narc.) 1925, str. 295, ilustr.

J. Prévost. Plaisirs des sports, 4 éd. Paris (Gallimard) 1925.

G. Putzke. Das Crawlschwimmen. Leipzig u. Zürich (Grethlein & Co.) 1925, str. 109.

* 1-szy Polski Rocznik Sportowy, 1918-1925. (Związek Zw. Sport.) 1925, str. 337 w 16-ce, ilustr.

Prawidła gier ruchowych. Poznań (wyd. Zjedn. Młodz. Polsk.) 1925. F. Gilewski. Wybijanka str. 12, Kwadrant str. 22 w 32-ce.

M. Raszke. Psychologiczne podstawy zaprawy sportowej. Warszawa (nakł. „Stadjonu”) 1925, str. 86.

W. D. White. The book of winter sports. New York (Houghton, Mifflins & Co.) 1925, str. 307.

„Wierchy” tom III. Lwów (Altenberg) 1925, str. 320, ilustr.

K. Wiessner. Natürlicher Schwimmunterricht. Wien (Österr. Bundesverlag) 1925, str. 173.

Zwolińscy. Przewodnik po Tatrach. Zakopane (Księgarnia Zwolińskiego) 1925.

Harce.

B. Chrzanowski. Z ojczyzny. Lwów-Warszawa (Książn.-Atlas) 1925.

T. Sopoćko i O. Grzymałowski. Na tropach zwierząt i ludzi, wyd. II Poznań (Księg. św. Wojciecha) 1925, str. 175.

Nowe czasopisma.

Czerwony krzyż. Wydawnictwo P. C. K. w Warszawie. Red. i adm. Warszawa. ul. Mazowiecka 9.

Grzłlica. Organ Związku Przeciwgruźliczego. Sekr. kom. red. i adm. M. Wroczyńska. Warszawa, Chocimska 24.

Hygeia, Journal of individual and community health, Chicago (Am. Med. Assoc.), vol. 3, 1925.

Die Leibesübungen (dawniej Monatsschrift für Turnen, Spiel u. Sport) Berlin (Weidmann).

B. Tucholska.

Kronika.

— **Odnaczenie.** Dr. Stanisław Ciechanowski, profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego, otrzymał krzyż komandorski orderu Odrodzenia Polski. Wprawdzie zasługi jego czysto naukowe (na polu anatomii patologicznej) same przez się w zupełności tłumaczą to odznaczenie, niemniej jednak miło nam tu dać wyraz radości, że zaszczyt ten spotyka zarazem wielkiego pracownika społecznego. Ile mu zawdzięcza wychowanie fizyczne w Polsce, tego czytelnikom naszym mówić nie trzeba.

— **Z polskich uczelni wychowania fizycznego.** Studium Wychowania Fizycznego w Uniwersytecie Poznańskim. W bież. roku akadem. odbywają się studia podług planu, ogłoszonego w nr. 2 ub. r. (Rocznik VI). Frekwencja na studjach uniwersyteckich powiększyła się znacznie w stosunku do poprzednich lat, na co wpłynęło przede wszystkim zatwierdzenie statutu Studium. Na studjach 3-letnich pełnych jest 21 osób (6 pań i 15 panów). Na 3-letnich uproszczonych 20 osób (13 pań i 7 panów). Na kursie 2-letnim (o programie odpowiadającym przepisom o Państw. Instytutach wych. fiz.) 24 osoby (5 pań i 19 panów). Prócz tego prowadzi Studium, podobnie jak w roku ubiegłym, Państwowy kurs śpiewu i wych. fiz., na którym jest 34 osób (11 pań i 23 panów). W I. trym. b. r. ak. odbywały się regularnie co tydzień posiedzenia seminaryjne pod prze-

wodnictwem prof. d-ra Piaseckiego. Ważniejsze referaty na nich wygłosili: mjr.-lek. dr. Missiuro (Stosunek czynności oddechowej do ćwiczeń cielesnych), dr. med. Pawełek (ocena sprawności fizycznej), p. Tucholska (sprawozdania z literatury angielskiej i skandynawskiej), p. Pigońówna, Przybylski i Lange (sprawozdania z literatury niemieckiej).

W okresie sprawozdawczym sprowadzono szereg nowych aparatów, a biblioteka pozyskała 51 nowych dzieł, w czem mieszczą się też, jak zwykle, dary redakcji „Wychowania Fizycznego” (egz. recenzyjne).

Powtarzające się uporczywie pogłoski o zamiarze częściowej, czy całkowitej likwidacji Wydziału Lekarskiego w Uniwersytecie Poznańskim, mogłyby zaniepokoić także co do losów Studium, związanego z tym właśnie Wydziałem. Nie mówiąc już jednak o zdementowaniu tych pogłosek przez p. Ministra Oświecenia i p. referenta budżetu w Sejmie, trzeba pamiętać, że równoczesne zmniejszenie siły liczebnej armji musi znaleźć kompensatę we wzmożonej pracy na polu wychowania fizycznego. Studium stanie się zatem tylko jeszcze bardziej niezbędne, niż dotąd, choć (jak wszyscy w Państwie) będzie musiało pracować jak najoszczędniej.

Centralna Wojskowa Szkoła Gimnastyki i Sportów w Poznaniu. Dn. 9. IX. 1925 r. rozpoczął się 3^{1/2} miesięczny kurs jesienny dla oficerów. Liczba frekwentantów 39, pod kierownictwem ppłk. Sikorskiego, kpt. Barana, mjr. Missiuro, kpt. Szuszkiewicza, Szydłowskiego Zdzisława. Kurs zakończył się dnia 19. XII. 25. r. Wyniki pracy były dodatnie.

Nieco później, bo 5. X. 25 r. rozpoczął się 9-miesięczny kurs wychowania fizycznego dla oficerów. Kurs ten liczy 28 frekwentantów, którzy już poprzednio przeważnie kończyli krótkie kursy w tutejszej Szkole. Grono wykładowych jest tu nieco zmienione, dzięki współpracy Studium Wych. Fiz. Uniw. Pozn., a mianowicie: dzieje i teorię wychowania fizycznego wykłada prof. Uniw. E. Piasecki, anatomję st. asyst. Uniw. Dr. S. Dębczyńska a, fizjologję st. asyst. Uniw. Dr. B. Lipiński. Dnia 3. I. 26 r. wyjeżdża kurs ten na 3-tygodniowy kurs narciarski do Zakopanego.

Równocześnie z 9-miesięcznym kursem oficerskim rozpoczął się roczny kurs szermierczy dla oficerów i podoficerów zawodowych. Pracę nad wyspecjalizowaniem się w szermierce powierzono jednemu z najlepszych fехmistrzów polskich, por. Sedlaczkowi, byłemu nauczycielowi szermierki w I-szym Korpusie Kadetów we Lwowie.

W ostatnim miesiącu 25. r. straciła Szkoła ze względów służbowych dwóch wybitnych instruktorów-oficerów kpt. Barana i kpt. Baczyńskiego, którzy odeszli na przeciąg jednego roku do swych oddziałów macierzystych.

— **Wychowanie fizyczne w wojsku.** Dowiadujemy się, że w Wydziale wychowania fizycznego Oddziału III S. G. przeprowadzone zostały następujące zmiany organizacyjne. Dotychczasowe 2 Wydziały W. F. i Przysp. wojsk. likwidują się. Na ich miejsce powstaje przy Oddziale III Szt. gen. samodzielny referat W. F. i P. W., który będzie stanowił inicjatywę i wytyczne szefa Sztabu gen. w tej dziedzinie, zaś przy departamencie I piech., stworzony zostaje samodzielny wydział z pułkownikiem sztabu gen. na czele, uposażony w odpowiednią liczbę referentów, który będzie organem wykonawczym zamierzeń Sztabu Gen. w dziedzinie wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego. Dowiadujemy się jednocześnie, że mjr. Minkowski, wytrawny kierownik Wydziału przysposobienia wojskowego, odchodzi na inne stanowisko. (Gaz. Por. Warsz.)

— **Rozstrzygnięcie konkursu im. G. Piramowicza.** Komitet konkursowy im. Grzegorza Piramowicza, wyłoniony przez Towarzystwo Lekarskie Warszawskie dla nagrodzenia najlepszej pracy z jakiegokolwiek bądź działu

higieny szkolnej, wydanej lub nadesłanej Towarzystwu w r. 1925, przyznał nagrodę d-rowsi Piotrowi Klamrzyńskiemu, lekarzowi szkolnemu w Białymstoku, za przyslaną w rękopisie pracę p. t. „Wyniki badań nad rozwojem fizycznym i psychicznym 131 uczniów państwowego męskiego Seminarjum nauczycielskiego w Białymstoku, dokonanych w roku szkolnym 1925/26”. Poza tem wyróżniono pracę majora d-ra Wł. Missiuro p. t. „Laboratorjum fizjologiczne na usługach wychowania fizycznego i sportu”.

Sąd konkursowy stanowili: Wiceprezes Warszawskiego Towarzystwa Lekarskiego dr. Kaz. Zieliński, dr. Wł. Św. Zawadzki, docent dr. Tad. Jaroszyński, ofiarodawca konkursu dr. St. Kopczyński, delegat od zarządu Towarzystwa Nauczycieli Szkół Średnich i Wyższych dyr. P. Sosnowski i delegatka od zarządu Związku Polskiego Nauczycielstwa Szkół Powszechnych p. Anna Dargielowa.

Na doraźne powiększenie nagrody konkursowej Zarząd Polskiej Składnicy Pomocy Szkolnych ofiarował 250 złotych.

— **O rozwój turystyki i sportu.** Na mocy zarządzenia Min. Robót Publicznych powołali pp. wojewodowie do życia „Wojewódzkie Komisje Turystyczne”, których zadaniem jest wszelkiego rodzaju akcja państwowa dla opieki, rozwoju i popierania turystyki i sportu. Do komisyj wchodzi delegaci urzędów, podległych Min. Robót Publicznych, Spraw Wewnętrznych, Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego, Kolei Państwowych, Skarbu, Handlu i Przemysłu oraz Gen. Dyrekcji Poczty i Gen. Dyrekcji Zdrowia.

Komisje Turystyczne zamierzają przyciągnąć do współpracy przedstawicieli stowarzyszeń turystycznych i sportowych, istniejących na terenie danych województw, jakoteż wybitne jednostki ze społeczeństwa, pracujące na tem polu, w celu zainteresowania szerszego ogółu i uzyskania materiału, potrzebnego do swej pracy i działalności.

— **W trosce o opiekę nad zdrowiem zawodników.** Roztoczenie stałej fachowej opieki nad zdrowiem zawodników zrzeszonych w towarzystwach sportowych; wprowadzenie do klubów obowiązkowego badania lekarskiego sportowców, oraz notowania wyników tych badań na specjalnych „kartach zdrowia” — stanowiło oddawna jedno z głównych dążeń ludzi, którym zdrowie sportowej młodzieży leżało na sercu.

Na pierwszorzędną wagę tej inowacji wskazywała niejednokrotnie prasa sportowa i kładli na nią szczególny nacisk ci nieliczni lekarze, którzy zetknęli się bezpośrednio z ruchem sportowym, aż wreszcie Związek Polskich Związków Sportowych uznał, iż wprowadzenie tych kart zdrowia musi obowiązywać wszystkie zrzeszone w Związku kluby.

Niezmiernie ważna uchwała Z. Z. obecnie wchodzi w okres merytorycznego załatwienia. Mianowicie na ostatniem posiedzeniu komitetu wykonawczego Z. Z. dr. pułk. Ruppert odczytał na ten temat szczegółowy referat, w wyniku którego wybrano specjalną komisję, złożoną z trzech lekarzy, wybitnych znawców sportu: — referenta, — dr. płk. Osmólskiego i dr. Kapuścińskiego. Komisja ta mieć będzie za zadanie fachowe opracowanie poruszanej kwestji, oraz rozwiązanie tych trudności praktycznych i teoretycznych, które nasuwa wprowadzenie w życie uchwały związku.

Z okazji poruszonego tematu rozwinęła się obszerna dyskusja nad stosunkiem ogółu lekarzy do spraw sportowych, przyczem przeważało niezmiernie charakterystyczne dla naszych stosunków zdanie, iż, ogółem biorąc, starsza generacja lekarzy dotychczas względem sportu i wychowania fizycznego zachowuje wręcz negatywne stanowisko. W wyniku tego przekonania, komitet wykonawczy związku uznał za niezbędne powołanie do życia katedr

wychowania fizycznego przy wydziałach lekarskich uniwersytetów, w celu niezbędnego zaznajomienia przyszłych lekarzy ze sprawami kultury fizycznej.
(Kur. Pozn.)

— **Zwalczanie płonicy w szkołach.** Ministerjum Oświecenia wydało w powyższej sprawie okólnik (26 października 1925, Nr 10168/O. Prez. 25), polecając dyrekcjom szkół, by na konferencjach rodzicielskich zachęcały rodziców do poddawania dzieci szczepieniom ochronnym metodą amerykańską, wypróbowanym już z dobrym wynikiem w kilkunastu tysiącach przypadków w Warszawie. Szczepionkę dostarcza Państwowy Instytut Higieny w Warszawie.

— „**Wskazówki co do uzyskiwania kwalifikacji zawodowych do nauczania ćwiczeń cieleśnych w szkołach średnich ogólnokształcących i seminarjach nauczycielskich przez absolwentów różnych roczników Państw. Kursów Wych. Fiz.**” rozeszło świeżo Ministerjum Oświecenia do podwładnych sobie urzędów. Chcąc odpowiedzieć potrzebie licznych kół interesowanych, wydawnictwo „Wychowania Fizycznego” wydało te wskazówki drukiem (patrz ogłoszenie na końcu n-ru).

— **Zjazd dziennikarzy sportowych.** W dniu 13 grudnia ub. r. z inicjatywy Związku Związków odbył się walny zjazd delegatów organizacji dziennikarzy sportowych w Polsce. Na zjeździe reprezentowane były Warszawa — 51 członków, Katowice — 31 członków, Lwów — 27 członków, Kraków — 24 członków, Wilno — 22 członków, Poznań — 20 członków. Razem 175 członków. Przyjęto statut Związku w redakcji dr. Orłowicza z nieznacznymi poprawkami. Wybrano zarząd w składzie: prezes dr. Osmański, członkowie: Goetel, Orłowicz, Królikowski, Sikorski, Ziemkiewicz i Raszke, wszyscy z Warszawy, następnie Bernstock (Katowice), Wacek (Lwów), Sołtykowski (Poznań), Szatkowski (Kraków) i Kawalec (Wilno). Komisja rewizyjna: dr. Melech (Warszawa), Nogaj (Katowice) i Nechay (Lwów).

Zjazd odbył się pod przewodnictwem radcy Hemerlinga (Lwów). Uchwalono wysłać depezę hołdowniczą do Pana Prezydenta Rzeczypospolitej, przystąpić do międzynarodowej federacji dziennikarzy sportowych, oraz nadano przez akklamację godność członków honorowych rady Kaz. Hemerlingowi, prof. Piaseckiemu i inż. Christelbauerowi. Przeszły zjazd ma się odbyć w Katowicach, Oprócz wyżej przytoczonych uchwał przekazano Zarządowi do wykonania cały szereg innych uchwał i postulatów.
(Gaz. Por. Warsz.)

— **Młodzież abstynencka.** W Krakowie, dnia 1-go listopada odbył się 2-gi Zjazd młodzieży abstynenckiej, zorganizowany przez Związek Młodzieży Rękodzielniczej i Przemysłowej. Zjazd zaszczycił swem przybyciem ks. kiskup Sapieha. Referaty zjazdowe wygłosili: prof. dr. Ciechanowski i prof. Tadeusz Szymański. W uchwałach Zjazd zwraca się m. i. do ministerstwa oświaty, aby przy układaniu nowych podręczników szkolnych, zwrócić dla szkół powszechnych, ustępy traktujące o złych skutkach alkoholu, znalazły miejsce. Nadto uprasza się o zaopatrzenie szkół w odpowiednią literaturę i obrazy do nauki pogładowej o alkoholizmie.

O godz. 6-tej wieczorem odbyła się uroczysta akademja, na której prócz deklamacji, produkcji chóru i orkiestry związkowej, odegrało Koło Teatralne Związku pełną tragicznej prawdy sztukę na tle opilstwa, Tad. Dalewskiego pod tyt. „Lekarstwo na wszystko.”
(Gaz. Por. Warsz.)

— **Komitet Stowarzyszeń Przynależenia Wojskowego u Ministra Oświaty.** Pan Minister Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego, St. Grabski, przyjął delegację Komitetu Stowarzyszeń, zajmujących się przy-

sposobieniem wojskowym. Delegacja wręczyła Panu Ministrowi memoriał w sprawie bardzo niedostatecznego uwzględnienia udziału organizacji społecznych w rozporządzeniu ustalającym skład Naczelnej Rady Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego. W obecnej chwili jest upoważnionych 10 organizacji do zajmowania się przystosowaniem wojskowym. Tymczasem do Rady Naczelnej na ogólną ilość 40 członków zastały zaproszone tylko trzy organizacje.

Organizacje społeczne są bezpośrednio zainteresowane i będą powołane do praktycznego wykonania uchwał Rady Naczelnej. Pominięcie przeto innych organizacji, poza Harcerstwem, Sokolstwem i Strzelcem, nie leży zupełnie w interesie sprawy, ani nie dopomoże do celowości prac samej Rady Naczelnej.

Pan Minister po wysłuchaniu delegacji oświadczył, że uznaje stanowisko delegacji Komitetu Stowarzyszeń Przystosowania Wojskowego za słuszne i postara po porozumieniu się z Panem Ministrem Spraw Wojskowych uczynić zadość życzeniu delegacji.

— **Naczelna Rada Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego** ma być wkrótce (według zapowiedzi „najpóźniej w początkach stycznia”) zwołana na pierwsze posiedzenie plenarne. Między innymi, projektuje się wygłoszenie na tem posiedzeniu 7 referatów na następujące tematy: 1) Ogólne zadania Rady Nacz. W. F. i P. W. — ref. wicemin. T. Łopuszański, 2) Przystosowanie wojskowe — ref. Płk. Wład. 3) Zagadnienie boiskowe — ref. Prof. E. Piasecki, 4) współzycie z przyrodą — ref. Dr. T. Strumiłło, 5) Ochrona przyrody — ref. Prof. B. Hryniewiecki, 6) Sport wodny — ref. ppłk. Bobkowski, 7) Stosunek sportu do wychowania fizycznego — ref. ppłk. W. Osmolski. Wszystkie referaty, wraz z dyskusją oraz sprawozdanie z plenarnego posiedzenia Rady ukażą się wkrótce w druku dla celów propagandy.

— **Ku Polskiej Odnace Sportowej.** Donosiliśmy niedawno na tem miejscu o usiłowaniach ustanowienia, na wzór skandynawskiej *idrottsmärke*, polskiej odznaki sportowej, któraby rozszerzała ramy emulacji na liczne rzesze, niezdolne do stawiania rekordów i mistrzostw — a zarazem zachęcała te rzesze do wszechstronnego ćwiczenia. Projekt poznański regulaminu takiej odznaki zalega u którejś z władz decydujących. Tymczasem ruchliwy Lwowski Związek Okręgowy Lekkoatletyczny stworzył, na terenie swej działalności, fakt dokonany, ogłaszając tymczasowy regulamin odznaki sportowej. Może ta chwalebna inicjatywa wydobędzie nas z martwego punktu. Zdaniem naszym, do najpilniejszych zadań tworzonej obecnie Naczelnej Rady Wychowania Fizycznego i Przystosowania Wojskowego, należy właśnie normowanie tego rodzaju przepisów dla całego Państwa.

— **Przeciw brutalności gry w piłkę nożną.** Już niejednokrotnie podkreślano w prasie naszej, że wchodzimy w dziedzinę wręcz anormalnych objawów, nie mających nic wspólnego z racjonalnie pojętymi zasadami sportu, a zmieniających mecz piłki nożnej często w jakąś brutalną walkę, nieprzebiegającą bynajmniej w środkach. Wysoce charakterystyczna jest w tym względzie opinia jednego ze znanych naszych piłkarzy, swego czasu reprezentacyjnego gracza Polski, Lotha II, członka warszawskiej „Polonji”, który przerwcił się do tennisu, a krok ten motywuje w następujący sposób:

„Stosunki w sporcie piłkarskim Warszawy zmieniły się ogromnie na niekorzyść. Niema koleżeńskości na boisku, niema prawdziwego sportu, a tylko lecenie na nogi przeciwnika, dążenie do zdobycia bramki i tylko bramki za wszelką cenę, jakimkolwiek sposobem. Nienawiść do przeciwnika tak głęboko wbija się w dusze młodych graczy, że z boiska przenoszą ją na życie, niewiadomo poci i dlaczego. Taki gracz nie potrafi być kolegą

nawet wtedy, gdy go ustawią obok mnie np. w drużynie reprezentacyjnej. Jakaś niewytłomaczona niechęć i nieufność odpycha go ode mnie.

Czy do tego dąży sport? Czy ja go dlatego uprawiam?

Nie. Rozumiem grę ostrą, nawet bardzo ostrą, ale nie rozumiem brutalnej. Do starszych graczy odnosiło się dawniej z szacunkiem, dżiś młodszy patrzy na nas z nienawiścią i zazdrością. Zupelny brak dobrych sędziów i lenistwo, czy niezaradność wydziału gier i dyscypliny stwarza dla graczy-sportowców coraz cięższe warunki „istnienia na boisku”...

„Kurjer Poznański” dodaje:

Powyższe wywody p. Jana Lotha dadzą się, niestety, w całej pełni również dostosować i do naszego piłkarstwa, którego poziom etyczno-sportowy spadł do minimum, a jeśli tak dalej pójdzie — trudno będzie uważać owych brutalnych kopanin za coś wspólnego ze sportem! Najwyższy zatem czas, aby czynniki miarodajne zajęły się temi anormalnemi objawami i położyły im kres, nie wahając się nawet uciec do najostrzejszych środków! Jest to głos ostrzegawczy wszystkich tych, którym zdrowe podstawy rozwoju naszego sportu leżą prawdziwie na sercu!

— Zwycięski pochód profesjonalizmu sportowego. Niedawno donosiliśmy o ujawnieniu zawodowego footballu w Austrii. Obecnie przyszła kolej na Czechosłowację. Prasa codzienna donosi o zarejestrowaniu 150 zawodowców piłkarskich w różnych klubach tego kraju. Przytem zaznacza się, że spodziewane przez niepoprawnych optymistów zmniejszenie tajnego profesjonalizmu wcale nie nastąpiło po tej rejestracji — wprost przeciwnie, bodaj zwiększenie...

Z tym to tajnym profesjonalizmem zaczyna obecnie walkę Polski Związek Piłki Nożnej. Jego delegaci objeżdżają większe ośrodki sportowe, przesłuchując graczy i przeglądając księgi. Prasa sportowa i rubryki odnośne prasy codziennej roją się od kpin z tak prowadzonego śledztwa. Ani bowiem tajny profesjonalista, ich zdaniem, nie przyzna się do brania pensji, ani klub nie będzie tak naiwny, by księgować takie nielegalne wydatki.

Jakkolwiek bądź, niepodobna ukryć, że znaczna (i to właśnie ta „najlepsza”) część także naszego sportu jest moralnie chora. Jak ją uzdrowić, to jedno z najtrudniejszych zadań organizatorów sportu, pojmujących poważnie swe zadania wobec społeczeństwa. Lecz co ma uczynić szkoła wobec faktu, że liczne rzesze uczniów uczęszczają do tych klubów i poddają się ich wpływowi? Tworzenie własnych, szkolnych kółek sportowych i możliwe uniezależnienie ich od „wielkich” klubów, staje się palącą potrzebą.

— Orzeczenie genewskie. Międzynarodowy Związek niesienia pomocy dzieciom ogłosił prawa dziecka p. t. „orzeczenie genewskie”.

Oto artykuły tego orzeczenia: I. Dziecko w rozwoju swym normalnym winno być brane pod uwagę pod względem materialnym i duchowym. — II. Dziecko głodne winno być nakarmione; dziecko chore pielęgnowane; dziecku spóźnionemu w rozwoju winno się dodawać odwagi; dziecko będące na złej drodze winno być naprowadzone; sierocie i dziecku opuszczonemu winien być dany przytułek i pomoc. — III. Dziecko powinno pierwsze otrzymać pomoc w czasie klęski. — IV. Dziecko winno w odpowiedniej mierze zarabiać na swe życie i być ochraniane przed wyzyskiem. — V. Dziecko powinno być wychowane w tem poczuciu, że najlepsze zdolności winno oddać swym bliźnim.

— Prohibicję całkowitą (zakaz sprzedaży napojów alkoholowych) mają: Finlandja, Grenlandja, Stany Zjednoczone, Nowa Fundlandja, Labrador, niektóre wyspy na Oceanie Spokojnym, 12 dużych okręgów Nowej Zelandji, większa część Australji. Szkocja posiada 3 432 okręgów t. zw. suchych, pozatem ogólny zakaz sprzedaży alkoholu w niedziele i święta. Częściowe za-

kazy istnieją w Norwegji, Kanadzie, Meksyku, Polsce i jeszcze do niedawna w Bolszewji, która obecnie „ze względów finansowych” zniósła zakaz na napoje zawierające ponad 20⁰/₀ alkoholu. (Świt.)

— Zjazd nauczycieli gimnastyki i sportu niemieckich szkół wyższych odbył się roku ubiegłego w Marburgu. Reprezentowanych było 21 szkół wyższych. Powzięto tam szereg ważnych uchwał, m. i. uchwalono konieczną potrzebę włączenia kształcenia nauczycieli gimnastyki w ramy uniwersytetu. Dalej postanowiono, żeby nie wydawać w przyszłości specjalnego świadectwa z gimnastyki, lecz włączyć wynik egzaminu z gimnastyki do dyplomu nauczycielskiego państwowego i uwzględnić go przy ocenie ogólnej.

— Zjazd lekarzy sportowych odbył się ubiegłego lata w Berlinie. Liczba 300 lekarzy biorących w obradach udział świadczy o ogromnem zainteresowaniu sprawami wychowania fizycznego ze strony niemieckiego świata lekarskiego. Do nowo utworzonego „Związku lekarzy dla popierania ćwiczeń cielesnych” zgłosiło się przeszło 200 lekarzy. Obecni byli także przedstawiciele rządu i władzy wojskowej. Na czele wyżej wymienionego związku wyznaczyło Min. Zdrowia znaczną kwotę.

— Kształcenie wychowawców fizycznych w Austrii odbywa się obecnie we wszystkich trzech Uniwersytetach: we Wiedniu, Gracu i Innsbruku. Kursy są w ścisłym związku z wydziałami filozoficznymi. Wykładają profesorowie i docenci wydz. lekarsk. i filozof.; obok nich wybitni fachowcy gimnastyki jako lektorzy. Zajęcia są bardzo gruntowne i tylko wyjątkowo ma słuchacz czas na studjum drugiego przedmiotu naukowego. W związku z tem odbywa się zamiana tych kursów na czteroletnie. Obok tego kształcenia specjalistów, urządzono w różnych miastach cały szereg kilkudniowych kursów, celem zapoznania ogółu pedagogów ze sprawami wychowania fizycznego. Przeprowadzono wykłady teoretyczne, pokazy i ćwiczenia praktyczne. Kursy cieszyły się ogromnem powodzeniem.

(Die Quelle.)

Résumés des principaux articles et communiqués.

Le XII-e Congrès de médecins et naturalistes polonais (Varsovie, juillet 1925; suite et fin — voir le n-o précédent). Nous continuons, dans le numéro présent, la publication des plus importants travaux de la Section d'Hygiène scolaire et de l'Education physique dudit Congrès.

Le Dr. W. Ossowski (Skierniewice) a entrepris une vaste enquête sur les élèves voyageurs, c'est à dire, sur les élèves d'écoles secondaires qui doivent venir à l'école journallement d'une autre localité. Dans les 71 écoles (avec 17006 élèves) de la région scolaire de Varsovie, qui ont répondu à l'enquête, il y avait 1081 (5,2%) garçons et filles de 9—22 ans, arrivant à l'école, d'une distance variant de 2 à 49 kilom., à pied, à bicyclette, en chariot, ou (le plus souvent) par chemin de fer. Le chemin lui-même demandait une perte de temps de 1/2 jusqu'à 4 heures; cette perte fut souvent doublée par la nécessité d'attendre, tantôt l'arrivée du train, tantôt le commencement des leçons.

L'auteur analyse minutieusement, à l'aide des données fournies par les médecins scolaires et par le corps enseignant, l'influence de ces voyages sur la santé, sur l'education intellectuelle et morale des élèves en question. Il arrive, à tous ces points de vue, aux conclusions tristes. Aussi, il considère comme indispensable, l'établissement d'internats à bas prix qui permettraient, à cette partie de la jeunesse, poursuivre leurs études, sans courir le risque des graves inconvénients susmentionnés.

Le Dr. S. Szuman (co-rapporteur) rend compte d'une enquête analogue, portant sur une région scolaire de l'ouest (Poznań). Ici, les réponses concernent un nombre plus restreint d'élèves (2141). Profitant d'un réseau de voies ferrées beaucoup plus dense, les élèves voyageurs forment presque $\frac{1}{5}$ de la population scolaire. Mais, grâce aux meilleurs moyens de transport, les inconvénients ne ressortent pas avec tant de netteté que dans la région de Varsovie. Par conséquent, l'auteur estime qu'on pourrait obtenir une amélioration parfois suffisante, en réformant l'horaire des trains, en organisant une surveillance de la jeunesse, aussi bien en route qu'au temps d'attente, en leur fournissant des repas chauds, etc.

Le Dr. A. Maciesza (Płock) parle sur l'organisation des bains pour les écoles secondaires. Il a organisé, en réunissant les efforts des 6 écoles secondaires de Płock, un établissement des bains, desservant une population scolaire de 2000 élèves. Un Comité spécial fut formé, les élèves acceptèrent volontiers l'obligation aux contributions périodiques pendant quelques années; en outre, il y a eu des subsides du Gouvernement et des donateurs particuliers. On reconstrua un vieux bâtiment situé près d'une école. En somme, les dépenses égalent 15 francs suisses environ pour un élève. L'auteur émet l'opinion qu'on devrait suivre l'exemple de Płock dans d'autres villes polonaises, possédant des écoles secondaires.

Le Dr. K. Mitkiewicz (Varsovie) et le Prof. de lycée T. Dreżewicz (Lwów) traitent la collaboration du médecin scolaire et de l'éducateur physique. Chaque bon médecin scolaire est, à vrai dire, un éducateur physique, car son travail contribue beaucoup à résoudre une grande partie des problèmes de ce domaine. Mais, parmi ses devoirs les plus importants, se trouve la collaboration la plus étroite avec le maître d'exercices physiques. Malheureusement, on ne voit, jusqu'alors, que très peu de cela dans la pratique scolaire. On en trouvera la cause dans la formation défectueuse des spécialistes en question. Nous y remédierons par des cours supplémentaires pour les maîtres — mais aussi par des cours d'éducation physique pour les médecins et étudiants de médecine.

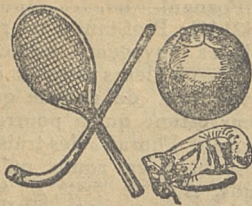
Le Dr. E. Krajewski (Katowice) : Les „souffles de consultation" chez les sportifs. Sur 186 jeunes gens, participant dans une course de 3700 m, l'auteur n'a trouvé que deux cas du souffle cardiaque évidemment psychogénique, qu'on a désigné comme „souffle de consultation". Il a pris soin d'éviter les sources d'erreur, en soumettant l'appareil circulatoire à un examen rigoureux, avant et après l'exercice.

KSIĘGARNIA ŚW. WOJCIECHA

poleca z wydawnictw własnych:

Dyakowski, B. Wędrówki zwierząt i roślin. Z 25 rycinami w tekście. Wyd. drugie, przejrzone i uzupełnione	Kart.	3.80
Harcerski Kodeks honorowy. Zasady postępowania w sprawach honorowych, wykluczające pojedynek		2.—
Kilarski, J. Na południowych rubieżach Polski. Wycieczka młodzieży poznańskiej od Łucka do Katowic. Z 16 ilustracjami	Brosz. Kart.	2.80 3.40
Korsak, W. Na tropie przyrody. Powieść dla młodzieży. Z 35 ilustracjami. Wyd. drugie i trzecie	Brosz. Kart.	4.20 5.40
Sikorski, W. Boiska sportowe. Z 1 ryciną		0.20
— Gry i zabawy ruchowe. Wyd. drugie		2.—
Śliwiński, W. J. Sygnalizacja. Podręcznik dla harcerzy		0.70
Sopoćko, T. i Grzymałowski, O. Na tropach ludzi i zwierząt. Podręcznik dla harcerzy. Z liczn. ilustr. w tekście. Wyd. pierwsze i drugie	Brosz. Kart.	2.70 3.50

POZNAŃ — WARSZAWA — WILNO — LUBLIN



DOM SPORTOWY

Poznań, Wały Jagiełły 2a

Przystanek tramw. Brama Wildecka

Wielki wybór przyborów dla wszystkich dziedzin sportu i wychowania fizycznego

Dostarczam sprzęty gimnastyczne, urządzam i uzupełniam hale gimnastyczne podług własnych i dostarczonych projektów.

Wielki srebrny medal na Wystawie w Gnieźnie 1925.

Cennik ilustrowany i oferty wysyłam bezpłatnie.

Na sezon zimowy polecam wielki wybór **saneczek sportowych** typu „Davoser“ i alpejskiego Klubu Sportowego.

WYDAWNICTWA SPORTOWE M. ARCTA

Albumiki sportowe w obrazach, rozkładane:

Biegi. 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
Boks. Ułożył F. Henze. Przynosił W. Junosza-Dąbrowski.	
— Tabl. A. Ciosy i zasłony w walce na dystans I.	„ 1.20
— Tabl. B. Ciosy i zasłony w walce na dystans II.	„ 1.20
— Tabl. C. Walka w zwarceniu.	„ 1.20
— Tabl. D. Ćwiczenia przy piłce	„ 1.20
Narty. Objaśnienia napisał K. I. Luther, przełożył dr. W. Osmolski.	
— I. Jazda na nartach	„ 1.20
— II. Skoki narciarskie	„ 1.20
Kultura ciała kobiecego. Objaśnienia podała D. Menzler:	
— Tabl. I. Wzmocnienie mięśni grzbietu, skłony tułowia napięte	„ 1.20
— Tabl. II. Wzmocnienie mięśni brzusznych, skłony tułowia łukowe	„ 1.20
— Tabl. III. Gimnastyka klatki piersiowej, skłony w tył	„ 1.20
— Tabl. IV. Wzmocnienie bocznych mięśni tułowia, skłony boczne	„ 1.20
— Tabl. V. Ćwiczenia odprężające (rozkurczowe)	„ 1.20
Rzuty kulą, jako zaprawa dla lekkoatlety. Zest. H. F. Borchet. Tłum. J. Jungraw	„ 1.20
Rzuty dyskiem i oszczepem, pchnięcie kulą, wobraz. Zest. I. Weitzer, tłum. kpt. J. Jungraw	„ 1.80
Samoobrona. Umiejętność obezwładniania przeciwnika. Zestawił E. Stephan. Tłum. J. Jungraw, por.	„ 1.20
Szermierka. Popularny podręcznik techniczno-taktyczny do nauki szermierki na pałasze. florety i szpady. 39 rycin, z tekstem H. Murero, tłum. J. Jungraw kpt.	„ 2.50
Zapaśnictwo. Zestawił W. Dörr.	
— Zeszyt I. Postawa stojąca	„ 1.20
— Zeszyt II. Walka w parterze	„ 1.20

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 po 1 „

Wskazówki co do uzyskiwania kwalifikacyj zawod. do nauczania ćwiczeń cielesnych w szkołach śred. i sem. naucz. (patrz Kronika) po 15 gr.

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