

# WYCHOWANIE

# FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY HIGJENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ, ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMJI I STOWARZYSZENIACH. ORGAN SEKCJI W. F. I H. SZK. PRZY T. N. S. W., JEDEN Z ORGANÓW KOMISJI LEKARSKIEJ TOW. PRZYJACIÓŁ NAUK, STUDIUM WYCHOWANIA FIZYCZNEGO UNIW. POZŃ., POLSKIEGO ZW. SOKOLEGO, ZWIĄZKU HARCERSTWA POLSKIEGO, ZJEDN. MŁODZ. POL., POLECONY PRZEZ MIN. W. R. I O. P. I PAŃSTW. URZĄD WYCH. FIZ. I PRZYSP. WOJSK., ZASZCZYCONY NAGRODĄ Z FUNDACJI G. PIRAMOWICZA.

RED. NACZ.: PROF. UNIW. E. PIASECKI, POZNAŃ, UL. CHELMOŃSKIEGO 20, II. P.

Prof. Uniw. E. Piasecki, Poznań.

## Niektóre doniosłe zagadnienia naukowe wychowania fizycznego<sup>1)</sup>.

Daleki jestem od tego, aby chcieć tu dyskutować lub choćby wyliczać ogół problemów naukowych, odnoszących się do wychowania fizycznego. Celem tego rozdziału jest poruszenie kwestyj, które, jak się zdaje, posiadają większe znaczenie w najbliższej przyszłości — sądząc po wynikach jakie dała moja podróż.

### 1. Strona psychiczna wychowania fizycznego.

a) Korelacja psychofizyczna. Ten problem pierwszorzędnej wagi dla naszego działu wychowania stał się przedmiotem studjum przedsięwziętego na wielką skalę przez dra A b r a m s s o n a (Sztokholm) przy pomocy całego szeregu psychologów, wychowawców i t. p. Badania trwają już od kilku lat; dotąd jeszcze wyników nie ogłoszono.

b) Zmęczenie fizyczne i intelektualne. Kwestję tę poruszyło kilku uczonych niemieckich pod koniec zeszłego wieku; i zdawała się ona być według wyników ich poszukiwań, rozwiązana w tem znaczeniu, że lekcję gimnastyki osądzono jako

<sup>1)</sup> Jeden z rozdziałów sprawozdania z podróży naukowej, odbytej w jesieni 1927, na polecenie Sekcji Higjeny Ligi Narodów, który ogłaszamy tu za łaskawem zezwoleniem Med. Dyrektora Ligi Narodów, dr. L. R a j c h m a n a. Tenże temat omówił autor i na posiedzeniu Warsz. Sekcji W. F. przy T. N. S. W., w marcu r. b.

wywołującą największe zmęczenie intelektualne, równie zmęczeniu jakie wywołuje matematyka, lub języki martwe.

Dr. Sippel (Berlin) poruszył tę kwestję nanowo, posługując się nowoczesnymi metodami badań, oraz mając na względzie lekcje gimnastyki poprowadzone zupełnie inaczej (metodą nowo-niemiecką). Doszedł on do wniosku prawie wręcz przeciwnego niż jego poprzednicy, — umieszczając gimnastykę między przedmiotami najmniej męczącymi.

Ta kwestja ma wielkie znaczenie praktyczne (miejsce lekcji gimnastyki w planie nauki). Powinno się te badania powtórzyć w różnych krajach, gdyż rozmaite metody wychowania fizycznego mogą dać różne rezultaty.

c) Wpływ muzyki na pracę mięśniową jest tylko częściowo zbadany, tak, że w chwili obecnej mamy twórców nowych metod (szczególnie w gimnastyce niewieściej) popieranych przez pierwszorzędnych uczonych, (np. metoda A. Bertram, popierana przez prof. Lindharda, Kopenhaga), którzy uznają wyłącznie ćwiczenia przy akompaniamencie muzyki, inni zaś sprzeciwiają się temu, opierając się również na danych naukowych.

## 2. Indywidualizacja w wychowaniu fizycznym.

a) Wiek fizjologiczny. Wskazania odnoszące się do ćwiczeń fizycznych stosownie do wieku — należą do działów najbardziej i najlepiej naukowo opracowanych. Jednakże powstaje wielka trudność, gdy chodzi o znalezienie metody określenia wieku fizjologicznego (tu jedynie decydującego), metody dającej się użyć w praktyce szkolnej. Znana jest powszechnie i ocenia na wartość inicjatywy Dr. Schiöta (Oslo) pod tym względem, jednakże z drugiej strony podkreślamy potrzebę dalszych badań tego problemu.

b) Płeć. Wobec tego, że ćwiczenia cielesne po największej części mają charakter wybitnie męski, — wychowanie fizyczne kobiet rozwija się z wielkim opóźnieniem i w tej dziedzinie rozgrywa się walka, z jednej strony z tendencją aby je uczynić identycznym z wychowaniem fizycznym mężczyzn, — przeciwnie z drugiej strony z tymi, którzy je chcą zamknąć w ramach tańca, lub rytmiki.

Wyjście z tego dylematu winno być dane przez naukę w szerokim tego słowa znaczeniu, przez anatomję, fizjologję, psy-



chologję i socjologję. I tak np. pytanie czy kobieta powinna wykonywać gimnastykę stosowaną (na przyrządach), jak również pewne rodzaje sportu — może być rozwiązane jedynie na terenie socjologicznym.

Socjologia powinna nas objaśnić o korzyściach (lub niekorzyściach) socjalnych tego faktu, że kobieta zajmuje taką lub inną pozycję, która dla niej przedtem była niedostępna — a wychowanie fizyczne wyciągnie z tego swoje wnioski, co do formy swego zastosowania dla płci żeńskiej.

c) **K o n s t y t u c j a**. Mimo wielkiej liczby prac uczonych w wielu krajach, konstytucja pozostaje jeszcze zawsze problemem dalekim od zadowalającego rozwiązania. Utworzono serje różnych typów konstytucjonalnych, z których żadna nie odgrywa dotąd innej roli, jak tylko ułatwienia częściowego naszej orientacji w chaosie typów ludzkich.

d) **H i g i e n a w y s i ł k u**. Przeciwskazania dla ćwiczeń ciała wogóle, albo dla pewnych ich postaci. Badania nad tym przedmiotem są bardzo liczne i wiele się już przyczyniły do wyjaśnienia strony sportowej. Jednakże jeżeli przejdziemy na teren wychowawczy, nasza orientacja staje się mniej pewną i potrzeba jeszcze wiele pracy aby tę sprawę należycie oświetlić.

e) **T y p y r a s o w e**. Od zaczątków nowoczesnego wychowania fizycznego, każdy naród starał się stworzyć system własny, zastosowany możliwie najbardziej do jego właściwości fizycznych i psychicznych. Wobec tego, że wysiłki te polegały tylko na intuicji twórców systemów, albo na niezbyt metodycznych obserwacjach charakteru narodowego, tylko w małej części odpowiadały one na daną kwestję. Obecnie, zaopatrzeni w środki naukowe, które nam pozwalają na analizę zjawiska właściwości narodowych, możemy tę sprawę ująć przedewszystkiem ze strony antropologicznej, która nam okazuje naród jako określoną mieszaninę typów rasowych ustalonych przez **D e n i k e r a**.

Jak wykazały badania **S t o j a n o w s k i e g o** (Poznań), każdy z tych typów ma odrębne zdolności do pracy mięśniowej tak, że dalsze ich badanie może nam pozwolić na zróżniczkowanie narodowe (oraz regionalne) w przedmiocie programów ćwiczeń cielesnych.

f) *Rasa psychiczna*. Badania nad psychologią zbiorową, charakteryzującą różne narody są zaledwie w zaczątku. Są one dla nas konieczne aby dojść do konkretnego pojęcia narodowego wychowania fizycznego.

Narazie przystępujemy do jednej części problemu, badając ćwiczenia cielesne tradycyjne (dawne gry, tańce, walki) które w ciągu wieków zamknęły w sobie wielką część duszy narodowej. Także w tej dziedzinie, Studium Wych. Fiz. Uniwersytetu Poznańskiego przedsięwzięło obszerne studjum porównawcze.

### 3. *Krytyka naukowa różnych grup ćwiczebnych.*

Taka jest rola uczonego w walce obecnych metod. Analizuje on jedną po drugiej grupę ćwiczeń, wskazanych przez tę albo inną metodę, zmienia je często, zacieśnia albo rozszerza ich zastosowanie, lub wreszcie je usuwa. Typowy przykład mamy a) w *ćwiczeniach oddechowych*, których reformę, skuteczną przez Lindharda, przyjęto i u nas dość powszechnie. Uczonemu duńskiemu udało się zmienić formę tych ćwiczeń, ale jego zamiar aby je usunąć zupełnie, odniósł mniejszy sukces. Potrzeba nam jeszcze więcej wiadomości o zmianach chemicznych oddechowych, aby ostatecznie przyjąć teorię pożytecznej, czy szkodliwej działalności tych ćwiczeń.

b) Jesteśmy w podobnem położeniu, gdy chodzi o wartość higieniczną ćwiczeń prostujących kręgosłup. Jedni (między nimi i Lindhard) przyznają im jedynie wartość czysto estetyczną. Z drugiej strony (Matthias inni) uznano ich znaczenie higieniczne. Obie strony walczą argumentami naukowymi, ale żadna z nich dotąd nie oparła swej tezy na faktach niezaprzeczonych.

c) *Ćwiczenia gibkości* (Bukh) i ich wartość. Na podstawie doświadczenia klinicznego ortopedystów, mocno krytykowano te ćwiczenia, w tem przekonaniu, że mogłyby one łatwo wywołać nadmierną ruchomość w następstwie której w okresach umniejszenia się siły mięśniowej mogłoby wyniknąć pogorszenie postawy. Ale są to tylko analogje. Badań bezpośrednich jeszcze brak.

d) *Gry, sporty, tańce*. Gimnastyka sportowa (na przyrządach niemieckich). Wszystkie te grupy ćwiczeń wymagają jeszcze analizy drobiazgowej (kinematografja nauko-



wa powinna stanowić jedną z głównych metod) celem bardziej racjonalnego użycia ich w wychowaniu.

Tradycja narodowa jest poważnym motywem (patrz wyżej 2 a), ale ona nie może wystarczyć do przyjęcia albo odrzucenia tego lub innego ćwiczenia, nawet w grupie sportowej.

Analiza naukowa, o której mowa, dałaby punkt wyjścia dla udoskonalenia pewnych form, a zarazem podstawę prawdziwie pewną do wydania sądu pozytywnego albo negatywnego, odnośnie do innych form.

e) Pierwiastek naturalny i sztuczny w ćwiczeniach cielesnych. Jak wiadomo, postulat ograniczenia wychowania fizycznego do ćwiczeń naturalnych, został postawiony przez H é b e r t a w e Francji i przez G a u l h o f e r a w Austrii.

Podobne rozwiązanie problemu wydaje się nam zanadto radykalne. Ale reformatorowie będą mieli bez wątpienia tę zasługę, że spowodują inną jeszcze analizę naukową — tym razem w celu znalezienia pierwiastków sztucznych bez wartości (aby je następnie usunąć).

#### 4. *Racjonalna osnowa lekcji gimnastyki.*

Znamy wszyscy, jako jedną z wielkich zasług L i n g a, jego poważne i konsekwentne wysiłki, aby lekcji gimnastyki dać osnowę racjonalną, z punktu widzenia anatomicznego, fizjologicznego i psychologicznego.

Postępujemy obecnie za jego przykładem we wszystkich krajach, jednakże jedynie laboratorium Wojskowego Instytutu Wychowania Fizycznego w Brukseli (Dr. G o v a e r t s) zawdzięczamy pierwsze badania prawdziwie nowoczesne tego problemu. Ponieważ metody wychowania fizycznego w każdym kraju różnią się od siebie bardzo znacznie, powinno się poczynić badania tego rodzaju we wielu innych środowiskach.

Coprawda, dają nam one tylko krzywą czysto fizjologiczną, mianowicie wydatku energii (według zużycia tlenu). Jednakże poprawki konieczne z punktu widzenia anatomji lub psychologii, nie będą zapewne zbyt wielkie.

## Z ORGANIZACJI I METODYKI WYCHOWAWCZEJ.

Dr. W. H a b e r k a n t ó w n a, wizyt.  
Ministerstwa W. R. i O. P.

### Uwagi w sprawie nauczania higieny w gimnazjach.

(Referat wygłoszony na posiedzeniu lekarzy szkolnych w Warszawie  
dnia 16 lutego 1928 r.)

Wszyscy nauczyciele szkoły średniej, a zatem i lekarze, nauczający higieny, winni posiadać wykształcenie naukowe. Jest to warunek niezbędny, jednak nie wystarczający. Nauczyciel-lekarz, tak jak inni nauczyciele, winien posiadać jeszcze i wykształcenie dydaktyczne — teoretyczne i praktyczne. To zapewne miał na myśli dr. S z m u r ł o, gdy na posiedzeniu lekarzy szkolnych d. 18/I 23 r. domagając się poruczenia lekarzom lekcji higieny, zwracał się do nich z apelem, by się doksztalcali dydaktycznie.

Dziś powtórzenie tego apelu jest tem pilniejsze, że wymagania od kandydatów na nauczycieli wzrosły znacznie: po egzaminie naukowym i dwuletniej praktyce próbnej, kandydat musi zdawać jeszcze egzamin pedagogiczny, zanim otrzyma pełne kwalifikacje. Nowi nauczyciele higieny — lekarze szkolni, do których formalnie powyższy przymus kwalifikacyj dydaktycznych się nie stosuje, przystąpili tedy do pracy bez przygotowania dydaktycznego, a w olbrzymiej większości przypadków i bez praktyki nauczycielskiej. W tak poważnej sprawie jak nauczanie higieny nie wolno pocieszać się lekkomyślnie przysłowiem: „nie święci garnki lepią” — boć dziś i garncarze przygotowują się do „lepienia garnków” przez 1½ roku conajmniej w szkołach zawodowych! Należy natomiast poważnie zastanowić się nad sposobami uzupełnienia braków wykształcenia dydaktycznego, teoretycznego i praktycznego. Uzupełniać te braki mogą pp. lekarze już tylko drogą samouctwa oraz doświadczeń metodycznych nie w czasie próbnej, lecz prawdziwej praktyki.

W porozumieniu z doktorem St. K o p c z y ń s k i m, naczelnym wizytatorem higieny szkolnej, zainaugurowaliśmy tę pracę przez wizytowanie lekcji higieny oraz przez organizowanie przykładowych lekcji, z których dwie już się odbyły (w I kl. gimn. im. E. Plater i w VII-ej gimnazjum humanistycznego im. Reya w Warszawie).

W dzisiejszym referacie pragnę się podzielić z pp. niektórymi spostrzeżeniami metodycznymi wysnutemi z własnej praktyki nauczycielskiej oraz z obserwacji innych lekcji higieny.



Rozpatrzmy cele nauczania higieny. — Chyba wszyscy z tem się zgodzimy, że higiena to taki przedmiot, w którym cele wychowawcze na wszystkich poziomach górować winny nad celami t. zw. materialnymi — nad zdobywaniem wiedzy.

Chcemy wychować zdrowego człowieka — oto dewiza. Ale może przyswojenie wiedzy o zdrowiu jest tą jedyną drogą do celu wiodącą? Niestety, psychologja wykazała, że objawy woli nie są czemś pochodnem w stosunku do wyobrażeń; mimo ścisłego związku, zachodzącego między temi dwiema dziedzinami, wyobrażenia nie wywierają bynajmniej wpływu decydującego na wolę, na którą równie silnie, a może i silniej, oddziałują inne czynniki: przyzwyczajenie, uczucie itp. Praktyka życiowa potwierdza to zdanie w zupełności: statystyka wszak wykazuje, że pomiędzy morfinistami i kokainistami największy % stanowią lekarze, t. zn. ludzie, którzy wiedzą lepiej niż ktokolwiek, czem są i czem grożą te straszne nałogi. Zresztą niejedno potwierdzenie znajdujemy w praktyce pedagogicznej: przypominam sobie opowiadanie jednej z pań lekarek, przemawiającej na posiedzeniu d. 18/I 23 r. o niepowodzeniu swych pogadanek w szkole powszechnej. Zakomunikowała nam wówczas, jak pewien chłopczyk doskonale zapamiętał i powtórzył po 6-ciu tygodniach pogadankę o czystości, ale — miał zupełnie brudną szyję i ręce.

Zaznajamianie zatem młodzieży z postulatami higieny będzie bezowocne, jeśli się równocześnie nie będzie oddziaływało na wolę wychowanka. Tu wywieranie wpływu przez lekarza będzie pośrednie — przez rodziców przedewszystkiem, dalej przez cały zespół nauczycielski, i bezpośrednio w podwójnej roli lekarza i nauczyciela.

Nauczanie higieny nie może być w żadnym poziomie dogmatycznym komunikowaniem faktów, czy rad — musi być natomiast zawsze przekonywaniem. Nie o to chodzi, by uczeń się wielu rzeczy dowiedział, lecz, żeby to, o czem się dowie, przekonało go, że tak a nie inaczej należy postępować, aby być zdrowym samemu i aby oddziaływać na stan zdrowotny otoczenia. Tylko takie przekonywające nauczanie może zachęcić do praktyk higienicznych, które przez wychowanie staną się przyzwyczajeniami, wejdą w ciało i w krew wychowanka.

Nie będzie jednak nauczanie w najmniejszym stopniu sugestywnem, jeżeli lekarz, nauczający higieny, nie będzie sam posiadał przyzwyczajzeń higienicznych, lub co gorsza, będzie posiadał przyzwyczajenia antihigieniczne. Nie mogą sobie wyobrazić, jaki wpływ może wyrzucić na wychowanka, pouczający o szkodliwości alkoholu i nikotyny, nauczyciel higieny, którego uczeń widzi w towarzystwie pijącym, a tuż w pokoju nauczycielskim

palącym lub też uczącej o higijenie stroju kobiecego nauczycielki-lekarki, która chodzi w pantofelkach na niebotycznych obcasach.

Zapewne, takich złych przykładów nie powinien dawać żaden z wychowawców, aleć najmniej już chyba ten, który, jeśli się tak wyrazić można, fachowo zajmuje się apostołstwem higieny. Jeśli sam nie jest przekonany o prawdzie swego posłannictwa, to czy wolno mu obłudnie przekonywać innych?

A więc przekonywanie to będzie ton, który powinien panować w całym nauczaniu higieny. Drugim ważnym momentem jest wybór materiału, który uczniowi podać należy. Podkreślam, trzeba zrobić wybór. W żadnej dyscyplinie nie chodzi nam o to, by dać całość danej gałęzi wiedzy, by streścić wszystko to, co nauka o przedmiocie powiedziała, dać uczniowi to wszystko, co umie sam nauczający. Nietylko czas, ale przede wszystkim pojemność mózgu ucznia na to nie pozwoli. Zjawisko to podawania uczniowi i przyswajania przez niego wiedzy można porównać do pobierania przez organizm pożywienia i przyswajania tego pożywienia. Podobnie jak pożywienie materialne musi być dobierane co do ilości i jakości, tak i pożywienie duchowe winno zawierać tylko takie i tyle zasadniczych wiadomości, ile ustrój, tj. mózg ucznia zasymilować może. Żaden z kursów przedmiotów gimnazjalnych nie jest skrótem uniwersyteckiego. W danym wypadku w nauczaniu higieny winniśmy bardzo starannie wybierać nie to, co ma wielką wartość naukową, czy techniczną (np. hipotezy o przyczynach różnych chorób, udoskonalenia techniczne itp.) lecz to, co ma największą wartość wychowawczą. *Non scholae, sed vitae discimus!*

Ten charakter wybitnie wychowawczy podkreślony jest bardzo wyraźnie w programie: mamy tam zarówno w gimnazjum niższem, jak i wyższem tylko higienę, naukę praktyczną, życiową, nie zaś teoretyczną anatomję i fizjologję. Programy higieny opierają się na wiadomościach zdobytych uprzednio w innych naukach: anatomji i fizjologii, zoologii i botanice, fizyce i chemji, lecz nie zawierają w swym kursie tematów, zaczerpniętych z tych nauk dla higieny pomocniczych. — We wskazówkach metodycznych do obu programów charakter wychowawczy i praktyczny jest również jasno i wyraźnie zaznaczony.

W programach ministerjalnych, zwłaszcza tam, gdzie wybór materiału jest trudny ze względu na obfitość i różnorodność tego materiału, np. w programach przyrodoznawstwa i geografji, mamy programy ogólne i przykłady rozwinięcia czyli programy szczegółowe. Taki sam podział mamy w t. zw. pogadankach higienicznych. — Dla kursu natomiast higieny w kl. VII-ej podano tylko jeden program i nazwano go szczegółowym — mojem zdaniem niesłusznie. Program ten jest tylko ogólną wskazówką jakie tematy należy opracowywać we wszystkich typach gimnazjów. Programy szczegółowe, t. zn. rozwinięcie tematów.



podanych w programie ministerjalnym, winni opracować sami nauczyciele-lekarze. Przy tem opracowaniu należy się zastosować przede wszystkim do typu gimnazjum: inaczej będzie wyglądał przykład rozwinięcia programu w gimnazjum humanistycznym, inaczej w mat. przyrodniczem, nie dlatego, by cele nauczania higieny w czemkolwiek różniły się w tych szkołach — cel jest jeden: wychowanie zdrowego człowieka — lecz dlatego, że w każdym typie gimnazjum opieramy się na innem przygotowaniu naukowem ucznia, a stąd wynika niezbiecnie, że nie możemy dla jednej z ostatnich klas budować programu higieny, identycznego we wszystkich typach szkół.

Lekarz, tworzący program szczegółowy dla swojej szkoły, winien zastosować się także do warunków specjalnych środowiska: inaczej rozwinię program dla dzieci wielkomiejskich z rodzin inteligenckich, inaczej dla dzieci z proletariatu: dla jednych należy pewne tematy rozwinąć bardzo szeroko, dla innych — też same tematy bądź ominąć zupełnie, bądź potraktować tylko pobieżnie, zależnie od tego, jakie przyzwyczajenia higieniczne lub antihigieniczne wnosi młodzież z domu do szkoły, z jakimi przesadami oraz z jakimi złymi przykładami otoczenia domowego walczyć musi lekarz w danem środowisku.

Program szczegółowy trzeba tedy nagiąć do zasobu pojęć ucznia. Tak, proszę państwa — i tu leży przyczyna niezadowolenia z przygotowania przyrodniczego, niezadowolenia któremu państwo dali wyraz już po kilku lekcjach higieny w klasie VII-ej, na posiedzeniu październikowem. Jeżeli lekarz przychodzi do VII-ej klasy z własnym programem szczegółowym, nie przystosowanym wcale do całokształtu programów danej szkoły, jeżeli nadto traktuje swój program, jako skrót kursu uniwersyteckiego i chce by tematy poruszane w wyższych uczelniach były opracowywane w gimnazjum — to nie dziw, że taki program szczegółowy higieny trafi na zgoła nieprzygotowany grunt. Tylko nie należy wówczas narzekać ani na uczni, którzy są rzekomo nieprzygotowani, ani na nauczycieli przyrodoznawstwa, iż rzekomo źle uczyli.

Podam tu kilka dowodów nieprzystosowania programów własnych pp. lekarzy do programów danego gimnazjum.

1) W VII klasie gimnazjum humanistycznego lekarz, ucząc o higienie odżywiania, przewiduje, że uczniowie (już w listopadzie) powinni znać chemję organiczną i to dość szczegółowo. Tymczasem uczniowie ci w tym czasie przechodzą dopiero początki chemji nieorganicznej, o związkach organicznych nie mają i mieć nie mogą nawet najogólniejszego pojęcia, posiadają je bowiem dopiero w elementarnych tylko zarysach, gdzieś w połowie roku szkolnego. — Zupełnie inaczej przedstawiałby się ten sam program szczegółowy w gimnazjum mat. przyr.: tam chemję organiczną mamy w klasie VI-ej i to w znacznie szerszem zakre-

się niż w g. humanistycznym — możemy zatem, opracowując higienę odżywiania, nawet na początku roku w klasie VII-ej opierać się już na wiadomościach z chemji organicznej.

II-gi przykład. W pogadankach o czystości ciała w II-ej czy III-ej klasie gimnazjum niższego potrąca się o histologję skóry. Tymczasem pierwsze pojęcia o komórce, pierwsze ćwiczenia z mikroskopem we wszystkich typach gimnazjów wprowadzone są dopiero w kl. IV-ej.

III-ci przykład. W VII klasie nauczający higieny przewiduje, że uczniowie posiadają zupełnie jasne, sprecyzowane pojęcie o przemianie materji i energji w ustroju (to samo przewidywanie z dodatkiem błędnej definicji znajdujemy w podr. K a r a f f y - K o r b u t t a na początku rozdz. II). W ministerjalnych programach przyrodoznawstwa pojęcia te precyzują się dopiero w kl. VIII-ej i to tylko w typie matematyczno-przyrodniczym po obszernym kursie fizyki i chemji, w sumie 20 g. tyg. w kl. IV—VII w kursach zoologii, botaniki i anatomji i fizjologii człowieka w sumie 9 g. tyg. do kl. IV—VI wł. Czytamy w programie VIII-ej kl. na str. 72. „Asymilacja, dysymilacja, fermenty. Wytwarzanie różnych materiałów. Dopływ i przemiany energji. Związek pomiędzy własnościami substancji żywej a przemianami materji i energji u niej zachodzącymi”. Jak z cytowanego ustępu widać, i tutaj nawet definicji się nie wymaga. W gimnazjum humanistycznym, gdzie mamy fizyki i chemji tylko 7 g. tyg. w kl. IV—VII i biologji z anatomją i fizjologją człowieka 5 w IV i V kl. takich syntez ogarniających wszystkie gałęzie przyrodoznawstwa w najszerszym znaczeniu nie daje program ministerjalny wcale.

Lekarza, tworzącego program szczegółowy dla klas siódmych można porównać do architekta, któremu poruczono nadbudowę jakiegoś domu. Jasnym jest, że plany architektoniczne nadbudowy będą inne tam, gdzie inne położono fundamenty. Ośmiopiętrowa kamienica rozsypie się w gruzy, jeśli ją budować na fundamentach parterowego domku. Nowe wiadomości, podawane w każdej z następnych klas muszą się opierać na pojęciach, przyswojonych w klasach poprzednich, inaczej rozsypią się one w niepamięci tak, jak owa zbyt wysoka kamienica w gruzy.

Psychologja poucza nas, że „pamiętanie jest wypadkową procesów skojarzeniowych”. „Talent nauczycielski polega na odczuwaniu i odgadywaniu, jaki materiał zawiera umysł ucznia w danej chwili i na pomysłowem odkrywaniu dróg połączenia między tym materiałem a nowemi wiadomościami, których ma zamiar udzielić” (J a m e s).

„Odczuwanie i odgadywanie”, jak chce J a m e s, jest trudne nawet dla bardzo utalentowanego nauczyciela. Nauczyciel-lekarz nie może polegać w tym wypadku li tylko na swym ta-



lencie pedagogicznym i intuicyjnie o d g a d y w a ć jaki materiał zastaje w głowach swych wychowanków. Zanim przystąpi do nauczania higieny (mam na myśli zwłaszcza klasy VII-e) musi poznać „fundamenty”.

Jakże poznawać te fundamenty? Przedewszystkiem winien gruntownie przestudjować programy przyrodoznawstwa, fizyki i chemji i to nietylko w klasach IV do VII-ej włącznie, lecz i w gimnazjum niższem. Przy tem studjum konieczna jest pomoc nauczyciela przyrodoznawstwa oraz fizyko-chemika, a to dlatego, że po pierwsze nasze programy szczegółowe biologji, fizyki i chemji są tylko przykładami rozwinięcia programu ogólnego, nie obowiązują zatem nawet w szkołach państwowych, a po drugie nie każdy zespół uczni jednakowo pracuje: z powodu różnego poziomu poszczególnych roczników danej klasy, czy też osobistych umiowań danego zespołu uczni lub innych warunków lokalnych te czy inne partje programu szczegółowego mogą być rozmaicie opracowane.

Konferencje z nauczycielami przyrodoznawstwa, fizyki i chemji wyjaśnia też lekarzowi lakoniczne, dla nauczyciela przyrodoznawstwa znającego programy nauk pokrewnych jednak zrozumiałe, tytuły, jak np. „białko” w progr. chemji. Co zostało tutaj przerobione? W jakim stopniu przyswoili uczniowie wiadomości o budowie, zwłaszcza o rozpadzie białka? o tem tylko nauczyciel może lekarza poinformować.

Nauczyciel przyrodoznawstwa winien również wtajemniczyć lekarza, w jaki sposób rozłożył tematy, które partje obszerniej, które mniej obszernie potraktował. Zrozumie wtedy lekarz, że jeśli przyrodnik trzyma się monograficznego opracowania materiału, to poświęcając lwią część kursu na monografię raka i kręgowca np., może znacznie mniej czasu przeznaczyć na naukę o człowieku; przy takim bowiem układzie zawsze w monografiach poprzedzających naukę o człowieku ten zasób wiadomości z fizjologii, jaki uczeń przyswoić sobie powinien, a traktując zoologję w porządku wstępującym już przy opracowaniu kręgowca wogóle u ssaka w szczególności da zasadnicze wiadomości z anatomji człowieka.

Po gruntownem zaznajomieniu się z zasobem pojęć danej klasy, oraz po zasięgnięciu wyczerpujących informacji od nauczycieli przedmiotów pomocniczych co do zakresu szczegółowych programów biologji, fizyki i chemji oraz co do metod nauczania, lekarz przystępuje do skonstruowania własnego programu szczegółowego. Za podstawę służyć tu będzie program podany w rozporządzeniu p. Ministra z d. 1/VII 27 r. W różnych typach gimnazjów da temu rozwinięciu inny zakres i gdzie potrzeba zmieni kolejność podanych w ministerjalnym programie tematów (np. temat o higijenie odżywiania musi być w gimnazjum humanistycznym przeniesiony na drugie półrocze szkolne).

Otóż niechęć do zmniejszania zakresu własnego programu szczegółowego zakresu, który każdy lekarz chciałby widzieć jak najobszerniejszym — jest piętą Achillesową wszystkich młodych, niedoświadczonych jeszcze nauczycieli. Mówili mi pp. lekarze (a słyszałam to zdanie również z ust nauczycieli, pełnych kultu dla wiedzy, lecz nieprzygotowanych metodycznie): „Przecież muszę im to powiedzieć”, wychodząc z założenia, że takie czy inne zjawisko jest tak bardzo dla nauki ważne, że jest podstawą takiej czy innej hipotezy naukowej itp.

Dobry pedagog, proszę państwa, inaczej stawia kwestję. Przedewszystkiem użyje czasownika *nauczyć*, zamiast *powiedzieć* — co wcale a wcale nie jest jednoznaczne! Poza tem krytycznie obmyśli zagadnienie: czy musi istotnie dany temat opracować? I odpowie sobie: muszę opracować to, co z jednej strony niezbędne jest do dalszego budowania pojęć w danej dziedzinie, a z drugiej to, co się kojarzy z poprzednio przyswojonemi pojęciami. — Wiadomości „zawieszonych w powietrzu”, niezwiązanych ani z tem co było, ani z tem co będzie, nauczyciel nie daje, choćby takie wiadomości były dla naukowca b. zajmujące. I wtedy zamiast „muszę powiedzieć”, pedagog pomyśli: Czy mogę to zagadnienie z uczniami opracować? Jeżeli odpowiedź wypadnie twierdząco, wtedy zjawi się pełne troski zapytanie: czy potrafię takie zagadnienie dobrze opracować? Pedagog bowiem powtarza za Pestalozzim: „Wszelka nauka, której definicje w duszy dziecka pojawiać się mają bez uprzedniego przygotowania, jako *deus ex machina*, czy też raczej, które wzorem teatralnych suflerów pakujemy gwałtem przez ucho do umysłu dziecka — wszelka taka nauka jest komedią, parodią kształcenia ludzi”.

Powyższe rozważania dotyczą tych wiadomości, jakie lekarze uważaliby za konieczne dawać przy nauczaniu higieny, uzupełniając istniejące według nich braki wiadomości z anatomji, fizjologii, fizyki i chemji. O tem, czy to są istotnie braki czy też nieprzystosowanie się higienisty do istniejących programów, już mówiłam, teraz zastanowię się nad sposobami takiego dorywczego uzupełnienia.

„Powiedzieć” w VII kl. można bardzo wiele.

(Dok. nast.)

Dr. Wanda Wiśłocka, lek. szk.

## Gimnastyka lecznicza w szkole.

Z Zakładu Higjeny Uniw. Jag. w Krakowie,  
dyr. prof. Dr. W. Gądzikiewicz.

Wadliwa postawa jest obecnie we wszystkich krajach cywilizowanych niesłychanie rozpowszechnioną wśród młodzieży



szkolnej. U znacznej części młodzieży wykazującej wadliwą postawę, przyczyną tego są poważne zmiany w kośćcu.

Państwa, dbające o zdrowie i sprawność fizyczną swych obywateli starają się temu zatrwającemu objawowi zaradzić, nie zawsze jednak dzieje się to w sposób właściwy.

Leczenie skrzywień kręgosłupa jest leczeniem a więc powinno być w ręku lekarzy specjalistów, ortopedów, bo to jedynie może dać gwarancję, że leczenie będzie prowadzone we właściwy i przede wszystkim nie przynoszący więcej szkody niż pożytku sposób.

W dotychczasowej akcji, mającej na celu masowe zapobieganie skrzywieniom kręgosłupa i leczenie skrzywień już powstałych, ortopedzi lekarze mało bardzo mieli udział.

Najdawniej na tę sprawę zwrócono uwagę w Szwecji. Powierzono jednak, już przed 100 laty, zapobieganie skrzywieniom kręgosłupa i leczenie skrzywień już rozwiniętych, nauczycielom gimnastyki.

Prof. ortopedji uniw. sztokholmskiego Haglund, w swoim sprawozdaniu o stanie leczenia ortopedycznego w Szwecji, mówi na zjeździe ortopedów w Kolonji w r. 1926, że na owe czasy było to wielkim postępem.

Ortopedja bowiem jeszcze później niż chirurgja została uznana przez lekarzy za godną zajęcia się nią. Poprzednio ortopedją zajmowali się kaci, golarze, kąpielowi i rozmaici partacze. W tym stanie rzeczy, powierzenie gimnastyki leczniczej i masażu nauczycielom gimnastyki, było rzeczywiście postępem i nauczyciele gimnastyki niewątpliwie wielkie zasługi na polu rozwoju gimnastyki leczniczej położyli.

Obecnie (od r. 1880) lekarze szwedzcy walczą o przyznanie jedynie lekarzom-ortopedom prawa leczenia skrzywień kręgosłupa; prof. Haglund sam od 25 lat bierze udział w tej walce, niema jednakże nadziei by ta sprawa prędko została załatwioną, ponieważ w grę tu wchodzi interes ekonomiczny stanu b. licznie reprezentowanego, gimnastycy bowiem prowadzą leczenie ortopedyczne i we własnych zakładach. Jedynym rezultatem walki jest szereg ustaw kompromisowych, zupełnie niezadowolających. Centralny Instytut Gimnastyczny w Sztokholmie przyczynia się do utrzymania dawnego stanu, kształcąc swoich uczniów równocześnie na gimnastyków i terapeutów.

W Niemczech powstał między 1903—1908 rokiem szereg kursów gimnastyczno-leczniczych dla młodzieży szkół powszechnych. Pierwsze tego rodzaju kursa powstały w Hagen w Westfalji, w Getyndze, Charlottenburgu, Flensburgu i in.

Kierownictwo kursów w Düsseldorfie przeszło w pierwszym i drugim roku swego istnienia pełne entuzjazmu sprawozdanie do ministerstwa oświaty. Na podstawie tego sprawozdania ministerstwo poleciło urządzenie tego rodzaju kursów

w szkołach. W następnych latach powstały prowadzone przez gimnastyków, czasem tylko pod kierownictwem lekarzy, w dwudziestu sześciu miastach niemieckich. Na Górnym Śląsku były urządzone w Katowicach w r. 1909 i Zabrze w 1910.

Sprawozdanie kursu w Düsseldorfie było rzeczywiście b. zachęcające: I Kurs trwał od 29 kwietnia 1907 do 1 października tegoż roku. Brało w nim udział 45 dziewcząt z 4 wyższych klas szkół powszechnych południowej części miasta. Po ukończeniu kursu rezultat przedstawia się następująco: a) wyleczonych 16 dziewcząt (12 skoljóz pierwszego stopnia: 4 skoljozy drugiego stopnia), b) znacznie poprawionych 15 (wszystko skoljozy drugiego stopnia), c) poprawionych 9 dziewcząt (skoljozy trzeciego stopnia), d) niepoprawionych 5 (ciężkie skoljozy trzeciego stopnia).

Kurs ten był prowadzony przez nauczycielki gimnastyki, pod nadzorem lekarki, asystentki kliniki chorób dziecięcych. Ćwiczenia odbywały się najpierw 3, potem 4 razy w tygodniu po półtorej godziny, popołudniu.

Kurs drugi, który trwał od grudnia 1907 do 30 marca 1908 wykazywał rezultaty jeszcze lepsze. Z 43 dziewcząt w wieku 9—13 lat, 17 skoljóz pierwszego i 5 skoljóz drugiego stopnia miało być wyleczonych, 15 znacznie poprawionych (14 skoljóz drugiego stopnia, 1 kifoskoljoza trzeciego stopnia), poprawionych 6 dziewcząt (skoljozy i kifozy trzeciego stopnia); niewyleczone: żadne.

Ponadto wszystkie uczestniczki kursów wykazywały wybitną poprawę stanu fizycznego, zwiększenie sił, przybytek na wadze i dobry wygląd.

To sprawozdanie pobudziło ministerstwo oświaty do zalecenia zakładania podobnych kursów, całkiem inne jednak wywarło wrażenie pośród lekarzy, a zwłaszcza pośród ortopedów. Leczenie skoljozy jest sprawą niesłychanie trudną.

Przy ustalonych skoljozach drugiego i trzeciego stopnia, bardzo mało albo nic nie da się zrobić przy zastosowaniu bardzo skomplikowanych metod leczenia, tymczasem sprawozdania kursów przedstawiały takie świetne wyniki przy stosowaniu tylko samej gimnastyki. Ortopedzi nie mogli się zgodzić na możliwość tego rodzaju rezultatów.

Bliższe badania wykazały, iż w sprawozdaniach zachodziło z jednej strony nieodpowiednie użycie nazwy skoljoza w rozpoznaniach, z drugiej strony wyniki leczenia odnosiły się nie do usunięcia skrzywień kręgosłupa, ale do poprawy postawy, poprawy przeważnie chwilowej, umożliwiającej maskowanie skoljozy w czasie badania po leczeniu.

Przyczyną tego nieporozumienia było powierzenie ćwiczeń leczniczych za przykładem Szwecji gimnastykom, po przebyciu krótkiego, parotygodniowego kursu, który miał ich wykształcić



w gimnastyce leczniczej. Nadzór nad ćwiczeniami mieli wprawdzie czasem lekarze, ale nie specjaliści ortopedzi a ortopedja nietylko w Szwecji była przez medycynę traktowana po macoszemu i nie specjalizujący się jako ortopedzi lub chirurdzy lekarze mało byli, i są zresztą, z nią zaznajomieni.

W tym stanie rzeczy nic dziwnego, że djaagnozy i oceny wyników leczenia były podawane nieściśle i reakcja ze strony lekarzy ortopedów była bardzo żywa. Prof. Blencke z Magdeburga, prof. Schmidt z Bonn, prof. Bier, dr. Schrakamp, dr. Scharf, dr. Schanz, prof. Riedinger, prof. Vulpius, ortopeda Legal z Wrocławia, dr. Leonhard, krytykowali ostro sposób prowadzenia kursów i fałszywe z powodu nieumiejętności badających statystyki.

IX kongres ortopedów niemieckich w marcu w r. 1910 pod przewodnictwem prof. Joachimsthala, poświęcił swoje obrady sprawie skoljoz u młodzieży szkolnej. 11 referatów i szeroka dyskusja przedstawiły zapatrywania ortopedów na tę sprawę. Jednomyślnie uznano kursy w tej postaci, w jakiej w danym momencie istniały, za szkodliwe i uchwalono żądanie zniesienia ich lub poddania ich bezwzględnie pod kierownictwo ortopedów, lub specjalnie w ortopedji wykształconych lekarzy. Powołano specjalną komisję dla załatwienia tej sprawy, w skład której weszli prof. Schulthess, prof. Joachimsthal, prof. Spitzzy, prof. Blencke i dr. Schlee.

Komisja ta opracowała obszerny memoriał do ministerstwa oświaty, w którym zwraca uwagę na niewłaściwy sposób prowadzenia kursów. Podaje podział skrzywień kręgosłupa, które zależnie od rodzaju wymagają różnego leczenia. Przedewszystkiem zwracają ortopedzi uwagę na zasadniczą różnicę między skrzywieniem kręgosłupa, które polega na nieprawidłowem rośnięciu kręgosłupa, a wadliwą postawą, która powoduje jużto nadmierne powiększenie skrzywień biologicznych w kierunku przodo-tylnym, jużto wygięcia boczne kręgosłupa, które jednakowoż nie są ustalone, lecz mogą swój kierunek zmieniać.

Leczenie skoljoz kostnych jest bardzo skomplikowane, wymaga stosowania kolejnego różnych metod, skomplikowanych aparatów i musi być przy tem bardzo indywidualizowane. Gimnastyka znajduje w tem leczeniu zastosowanie, ale tylko jako jeden ze środków. Także ćwiczenia pełzające prof. Klappa, stosowane szeroko na kursach szkolnych, w leczeniu przez ortopedów odgrywają rolę, na kursy jednak absolutnie nie nadają się, bo stosowane w sposób jak tam się dzieje, muszą przynieść nie pożytek ale szkodę. Podręcznik Mikulicza i Tomaszewskiej, według którego ćwiczenia na kursach były prowadzone uznano za nieodpowiedni.

Dla oceny wyników leczenia muszą być przeprowadzane b. dokładne pomiary, które muszą być zdejmowane w postawie na-

piętej i spoczynkowej i to kilkakrotnie w ciągu paru miesięcy i wykonywane być muszą przez osoby gruntownie z tą sprawą zapoznane, więc przez ortopedów, lub specjalnie wyszkolonych lekarzy.

Memorjał zwraca także uwagę na niedokładność statystyk szkolnych. Ilość skoljoz podawana w statystykach wynosi 20—60% podczas gdy rzeczywistych kostnych skoljoz jest 2—8%, reszta to wady postawy.

Skrzywienia kręgosłupa i wady postawy są następstwem chorób lub nieprawidłowego, niedostatecznego rozwoju kośćca, mięśni, lub innych narządów. Zwyródnienie rasy odbija się i tutaj. Szkoła nie jest główną przyczyną tych zmian, jak do niedawna fałszywie sądzono.

Młodzież uczęszczająca do szkoły powinna mieć jak najlepsze warunki higieniczne, dla utrzymania i rozwinięcia się organizmu i zahamowania tym sposobem rozwoju chorób. 1 godzina gimnastyki codziennie jest koniecznym postulatem. Chorzy na skrzywienia kręgosłupa powinni być leczeni częściowo w zakładach ortopedycznych, częściowo ambulatoryjnie, ale pod kierunkiem ortopedów lub specjalnie wyszkolonych lekarzy. Dla kształcenia lekarzy w ortopedji powinny być specjalne kursy.

Nietylko lekarze i ortopedzi tego rodzaju postulaty na swych zjazdach formułowali. 17-ty Zjazd niemieckich nauczycieli gimnastyki, 14 maja 1910, uchwalił następujące zasady: na szkolne kursy ortopedyczne powinny być przyjmowane tylko dzieci z wadami postawy i najłżejsze przypadki skrzywień kręgosłupa. Kierownictwo tych kursów powinno spoczywać w ręku ortopedy lub lekarzy szkolnych, specjalnie w ortopedji wykształconych. Sami kierownicy kursów także zaczęli ostygąć w swoim entuzjazmie. Sprawozdania stawały się coraz mniej optymistyczne. W niektórych miastach rozwiązano, w innych zreorganizowano te kursy mniej lub więcej.

Tymczasem nadeszła wojna i Niemcy nie mieli czasu myśleć o kursach ortopedycznych. Po wojnie kursy te zaczęto na nowo urządzać, a robili to ludzie, którzy nie wiedzieli jaka była historia tych kursów i jakie zdanie o nich lekarzy i ortopedów. Kongres ortopedów niemieckich w Kolonji w r. 1926 znowu się tą sprawą zajmuje. Prof. Blencke, prof. Spitzzy, dr. Nöhrling, dr. Tichy, prof. Haglund, dr. Brandes wypowiadają swoje zdania, które się najzupełniej zgadzają z memorjałem ortopedów z r. 1910. Blencke przytacza ustępy z tego memorjału i kładzie nacisk na jego aktualność. Wszyscy uczestnicy kongresu zgadzają się, że tylko niedomoga mięśni grzbietu może być leczona na kursach szkolnych pod nadzorem ortopedy. Dla uniknięcia nieporozumień żądają usunięcia nazwy „ćwiczenia ortopedyczne”, a proponują nazwy: ćwiczenia pomocnicze, ćwiczenia specjalne, ćwiczenia dodatkowe. W ćwi-



zeniach tych mogą brać udział według nich nietylko dzieci z wadami postawy ale i dzieci wogóle wątłe i obciążone rozmaitemi wadami lub schorzeniami w lekkim stopniu, ponieważ korzystny wpływ ćwiczeń odpowiednio stosowanych na ogólny stan zdrowia nie ulega wątpliwości. Ćwiczenia K l a p p a uznają ortopedzi za nienadające się do gimnastyki szkolnej, tak samo gimnastykę B u k h a ; wogóle systemy, polegające na odprężaniu i rozluźnianiu mięśni i stawów uważają za szkodliwe w szkole. Systemy te, zamiast wzmacniania mięśni, co jest u współczesnej słabo rozwiniętej młodzieży koniecznym, powodują niebezpieczne rozluźnienia tkanek. Ćwiczenia rytmiczne i ekspresyjne, z punktu widzenia higieny, bardzo mało są użyteczne. System mensendieckowski uważają za jednostronny i dający się doskonale zastąpić innymi ćwiczeniami wolnymi. Wogóle żaden z nowych t. zw. systemów nie jest wystarczającym, gdyż wszystkie są conajmniej jednostronne. Staranny dobór ćwiczeń dawniejszych przeważnie wystarcza. Eklektycyzm jest wskazanym, ze względu na to, że brak dotychczas systemu doskonałego.

Przypatrzmy się teraz ćwiczeniom jakie Niemcy stosowali na kursach leczniczych. Poza ćwiczeniami pełzającymi prof. K l a p p a , które były nowością, nie ma w nich nic szczególnego, przynajmniej dla nas, obznajmionych dobrze z gimnastyką szwedzką. Dla Niemców, stosujących swoje ciężkie ćwiczenia, były te ćwiczenia tułowia czemś nowem i stąd ich zapał do stosowania ich jako ćwiczeń leczniczych.

W Düsseldorfie, skąd wysłano entuzjastyczne sprawozdania, będące powodem polecenia kursów ortopedycznych przez ministerstwo, plan ćwiczeń, które uznano za najodpowiedniejsze, był następujący:

1. 15 minut ćwiczeń bez przyrządów (ruchy głowy, tułowia, wyprosty ramion, przysiady, wypady).
2. 6 minut grupami ćwiczenia równoważne ze skłonami tułowia na tramie. Inne dzieci leżą tymczasem na matach, podparte łokciami, l. t. p.
3. 12 minut ćwiczeń na ławkach w pozycji leżącej na grzbiecie i na brzuchu (ruchy pływackie).
4. Ćwiczenia na poręczach (półzwis, podpory leżąc), lub na żerdziach (wspinanie) około 10 minut.
5. Ćwiczenia pełzające prof. K l a p p a .

Celem ćwiczeń było uruchomienie kręgosłupa, wzmocnienie mięśni grzbietu, i pobudzenie przemiany materji u dzieci.

A oto parę uwag co do poszczególnych ćwiczeń. Wszyscy ortopedzi godzą się, że podpór na samych rękach jest dla dzieci szkodliwy, bo daje przewagę mięśniom piersiowym nad grzbietnymi. S c h u l t h e s s radzi przy ćwiczeniach chodu na palcach kłaść na głowę woreczki ze śrutem lub piaskiem wagi 1—10

kg. dla obciążenia kręgosłupa i wywołania, jako reakcji, jego wyprostowania. Twierdzi także, że używanie ciężarów do ćwiczeń jest niewłaściwym, usposabia bowiem do przyjmowania asymetrycznej postawy. Blencke, używając lekkich bardzo ciężarków, nie widział nigdy szkodliwego działania.

Ortopeda ryński Thilo, radzi wykonywanie nie wielu ćwiczeń, ale powtarzanie ich ciągle i wykonywanie bardzo precyzyjne.

Ćwiczenia z obciążeniem nie są u nas używane. Co do innych ćwiczeń, widzimy, że w nich niema nic osobliwego. U nas na każdej lekcji gimnastyki większość tych ćwiczeń bywa wykonywaną. Chodzi tylko o to, by ćwiczeniom wzmacniającym mięśnie tułowia dać pierwszeństwo przed innymi i im większą część lekcji poświęcić, przynajmniej tak długo, póki nie wyrobimy u wszystkich uczniów prawidłowej postawy. Osobne kursy ortopedyczne nie są u nas potrzebne dla uczniów z wadami postawy. Uczniowie ze skrzywieniami kręgosłupa muszą być oddani w ręce ortopedy i jego specjalnie wyszkolonych pomocników, a nie nauczycielom gimnastyki.

Co do ćwiczeń pełzających prof. Klappa, które ortopedzi, między innymi środkami, sami stosują, ale ich stosowanie w gimnastyce szkolnej potępiają, przedstawiają się one jak następuje.

Postawą wyjściową jest postawa pozioma, z wsparciem na rękach i kolanach. Zasadniczym ruchem jest kroczenie w tej postawie po torze kolistym w prawo lub lewo, w ten sposób, że do środka toru skierowane kolano i łokieć mają być ugięte i jak najbardziej do siebie zbliżone, natomiast zewnętrzne kończyny w łagodnym łuku wypukłym na zewnątrz możliwie wyciągnięte. Tym sposobem uzyskuje się łukowate wygięcie tułowia w bok, mające wyrównywać skrzywienia boczne. Że to nie jest tak łatwa sprawa, można łatwo osądzić. Do wyrównania skrzywień grzbietu ku tyłowi ma służyć kroczenie naprzód w głębokim skłonie wprzód na kolanach z rękoma naprzód wyciągniętymi. Prócz tego jest stosowany chód na kolanach, z tułowiem skośnie ku górze uniesionym, lub poziomo w pozycji klęczącej wyciągniętym.

Żeby móc samodzielnie ocenić wpływ poszczególnych ćwiczeń na poprawę postawy, względnie na skrzywienia kręgosłupa i słabość mięśni grzbietu, trzeba sobie przypomnieć od czego prawidłowa postawa człowieka zależy, jak wygląda i jak jest zbudowany kręgosłup, jak przebiegają mięśnie grzbietu i jakie są ich funkcje.

*Postawa naturalna człowieka.*  
(Budowa kręgosłupa.)

Człowiek, w przeciwieństwie do czworonogów, ma postawę nie mniej lub więcej poziomą, ale pionową. Najbardziej są do



niego pod tym względem zbliżone małpy — ich postawa nie jest jednakże tak bliską pionu, jak człowiecza.

Małpa, chodząc na tylnych odnóżach, wygląda jak człowiek w półprzysiadzie, pochylony ku przodowi. Kąt między stopą a podudziem jest u niej ostry, kolana przygięte np. pod kątem około  $80^\circ$ , uda pod kątem około  $130^\circ$ , grzbiet wygięty łukowato tak że głowa wystaje w całości ku przodowi więcej niż kolana. Idąc lub stojąc, małpy podpierają się, gdyż inaczej trudnoby im było utrzymać się.

Jeżeli człowiek stoi prosto, linja przeprowadzona przed kręgosłupem od postawy czaszki i równolegle przez guz wielkiej kości udowej przechodzi przez podudzie i staw skokowy. Uda i kolana człowieka są prawie przezięte ku tyłowi. Można więc powiedzieć, że postawa człowieka jest prostą.

Mimo, że postawa człowieka jest prostą, kręgosłup jego nie przebiega pionowo. Przebiega on linją falistą, wygiętą w części szyjnej ku przodowi, w części grzbietnej ku tyłowi, w lędźwiowej znowu ku przodowi. Kość krzyżowa i ogonowa są także naprzemian skierowane ku tyłowi i przodowi. Ten przebieg kręgosłupa nadaje charakterystyczną linją falistą grzbietowi człowieka.

U dziecka niema jeszcze tych wygięć charakterystycznych dla człowieka dorosłego. Kręgosłup dziecka jest prostym. Jeżeli posadzimy dziecko zbyt młode, u którego mięśnie grzbietu nie są jeszcze dość silne by utrzymać postawę prostą, kręgosłup wygina się ku tyłowi, przyjmując kształt łuku, podobnie jak u małpy. Spitz y, profesor ortopedji w Wiedniu twierdzi, że trzeba to tłumaczyć jako wyraz filogenezy i jako następstwo sposobu ułożenia płodu w łonie matki.

Wygięcie szyi ku przodowi występuje wskutek podnoszenia główki dla zbliżenia jej do przedmiotów interesujących dziecko, a więc w 3—4 miesiącu. Gdy dziecko zaczyna siadać, szyja jest już wygięta ku przodowi a grzbiet w całości łukowato ku tyłowi. Wygięcie lędźwi ku przodowi występuje dopiero gdy dziecko chodzi i jest następstwem obciążenia kręgosłupa ciężarem głowy i zawartości klatki piersiowej, łuku barkowego i ramion zawieszonych na klatce piersiowej, częściowo jamy brzusznej. Jest ono także wynikiem działania mięśni, powodujących zwiększenie nachylenia miednicy.

Ustawienie kończyn dolnych i miednicy jest u dziecka z początku również innem, niż u człowieka dorosłego. U człowieka dorosłego kąt miednicy i kręgosłupa waha się między  $50^\circ$  a  $70^\circ$ , kończyny dolne są ustawione względem miednicy pod kątem  $180^\circ$ , a nawet nieco więcej. U dziecka nachylenie miednicy w stosunku do kręgosłupa jest mniejsze, i kolana nieco przygięte podobnie jak u antropoidów. Spitz y tłumaczy to znowu filogenezą.

Wyprostowanie kończyn pociągające za sobą większe nachylenie miednicy jest jedną z przyczyn powstania wklęsłości łądźwiowej. Od nachylenia miednicy zależy w znacznej mierze wygięcie kręgosłupa.

Na ustawienie miednicy ma wpływ budowa odnoży dolnych, złamanie lub wadliwe ustawienie kości podudzia, zwicnięcie wrodzone lub nabyte stawów biodrowych, stopy płaskie i t. d.

Naturalnie wygięcia kręgosłupa dają korzystniejsze warunki statyczne, niż przebieg prosty. Kręgosłup wygięty funkcjonuje jak sprężyna i łatwiej unosi ciężar głowy, barków i ramion, klatki piersiowej i narządów wewnętrznych które dźwigać musi.

Przy braku skrzywień naturalnych kręgosłup przebiega pionowo, bez żadnych wygięć, powodując charakterystyczny wygląd grzbietu, t. zw. grzbiet płaski.

(Dalszy ciąg nastąpi.)

## OCENY KSIĄŻEK.

S. P o ł o m s k i. *Ćwiczenia cielesne młodzieży szkolnej* wraz z oceną względną. Łódź (nakł. autora), 1928. Str. 156, ryc. 394.

Na genezę książki złożył się „brak drukowanego słowa poświęconego uświadomieniu młodzieży szkolnej o prawach organizmu ludzkiego w stosunku do różnych rodzajów środków psycho-fizyczno-wychowawczych” a ponadto chęć wskazania tej młodzieży racjonalnego kierunku w samodzielnym kształceniu sprawności fizycznej. Treść zaś jego ma stanowić „całokształt ćwiczeń cielesnych stosowanych obecnie w wych. fiz. wraz ze sposobem ich wykonywania i oceniania czyli t. zw. systematyka ćwiczeń cielesnych i ich metodyka, dla lat 10—20 życia. Autor zamierzał dać młodzieży „odpowiedni przewodnik czy podręcznik” oraz należyty wzór i program, któryby jej wskazywał sposób racjonalnego i systematycznego rozwoju sprawności fizycznej oraz podawał jej samej „ustalenie dla niej granicy wysokości wymagań w osiągnięciu sprawności fizycznej w poszczególnych latach rozwoju fizjologicznego i określenie sprawiedliwej oceny ćwiczeń na podstawie przeprowadzonych pomiarów ich ciała”.

A priori zatem miała to być rzecz raczej popularna, aniżeli fachowy i naukowy podręcznik tem więcej, że miała dawać młodzieży uczącej się możliwość *skontrolowania*, czy wychowawca fizyczny uwzględnił przy ocenie jej wyczynów „wymierne właściwości fiz. danego organizmu i ustalił na tej podstawie sprawiedliwą granicę wysokości wymagań w danych ćwiczeniach cielesnych”, zwłaszcza, iż w odpowiednich programach szkolnych „jest brak wyraźnego ustalenia wysokości wymagań w rozwoju sprawności fiz. młodzieży szkolnej, wskutek czego panuje na całej linii dowolna interpretacja programów z najróżnorodniejszą skalą wymagań i z dowolną a nierzadko przypadkową oceną sprawności fiz. młodzieży szkolnej”.

Najsmutniejsze w całej sprawie jest podawanie młodzieży myśli o możliwości zaczepienia oceny z ćwiczeń cielesnych przez nią samą — przecież zbyt wyraźnie napisane. Fakt ten nie powinien być mieć miejsca w takiej formie w tej gruntujującej ciągle jeszcze swe podstawy gałęzi wychowania.

To, co powinno być istotną częścią takiego samouczka metodycznego, zwłaszcza zaś wych. fiz., a mianowicie należyte zestawienie wzorzec lekcyjny choćby tylko schematyczny — to jest w książce p. t. zbyte i ogra-



niczone do czterech ustępiików, obejmujących 17 wierszy. Wątpić zaś bardzo należy czy młodzież szkolna tak już teoretycznie jest przygotowana, aby na tej podstawie racjonalnie i systematycznie sama bez fachowego nadzoru uprawiała ćwiczenia cielesne i sporty w dążności „do wyrabiania wszechstronnej sprawności cielesnej”. Przyznać bowiem trzeba, iż i specjalista wychowawca fiz. z trudnością wyrobić sobie może zdanie o tem, czego autor chce, o ile sobie wogóle zdaje sprawę z tych jego zamierzeń.

Naogół rzecz cała robi wrażenie jakoby była pisana pośpiesznie i skutkiem tego nieprzemyślana. Obok tego wydaje się, że autorowi trudno było wytrwać w popularnym kierunku. Na tem lawirowaniu i borykaniu się między naukowością a popularnością źle wyszła naturalnie książka, a gorzej jeszcze młodzież, która nie ma fachowego przygotowania nie tylko teoretycznego, ale często nawet praktycznego.

Co do metody, autor stara się pogodzić Thulina z Bukhiem i naodwrot, chociaż zdaje się czerpać i z Lindharda, mimo że do tego się nigdzie nie przyznaje. Układ ćwiczeń — stwierdza ma być dostosowany „do kierunku fizjologicznego jako najnowszego, najlepiej zrozumiałego dla mas i najbardziej odpowiadającego terażniejszemu stanowi nauki w dziedzinie wych. fiz. wbrew staremu kierunkowi anatomicznemu P. H. Linga”, który „u nas dotąd jeszcze przeważnie panuje”. Zapomniał widocznie p. P., że przed nim ten terażniejszy i najnowszy kierunek fizjologiczny zapoczątkował jeszcze w 1922 r. ppłk. Sikorski w trzecim wydaniu swojego podręcznika p. t. „Gimnastyka” — że go kontynuował w „Programach osnów lekcyjnych” z 1922 r., a skryształizował w pierwszej połowie 1927 r., a więc na pół roku przynajmniej przed nim, nie tak sucho i schematycznie, jak p. P. to zrobił, mimo że podobnie jak on czerpał z Thulina i Bukha oraz Lindharda.

Cóż zatem składa się na metodę p. P.? Przedewszystkiem kładzie on zasadniczy i główny nacisk na ćwiczenia gibkościowe, ale obok niego stwierdza istnienie i konieczność pięciu dalszych jeszcze „zalet sprawności fiz.”, a mianowicie: siły, szybkości, zręczności, wytrwałości i odwagi — oraz ćwiczenia rozluźniające, masaż i głębokie oddechy. Gdybyśmy zatem przyjęli, że owe sześć zalet wymienionych już stanowi ćwiczenia główne a znowu rozluźniające i t. d. ćwiczenia końcowe, to i tak brakuje w tej metodzie ćwiczeń wstępnych, uznanych we wszystkich metodach zagranicznych za nieodzowne i odpowiednio też należycie traktowanych.

Właściwa metoda jest omówiona w ust.: „II. Ogólne zasady ćwiczebne” części I-ej, gdyż tu spotykamy dziwnie ciekawy podział ćwiczeń, omówienie postaw, utrudnianie ćwiczeń oraz jądro tej metody t. j. „Sześć zalet sprawności fiz.” tudzież „Porządek ćwiczeń”.

Błędem jej zasadniczym jest, że teorii nie popiera choćby ilustracjami, jeśli już nie opisami — oraz że wprowadza miejscami nowe niezrozumiałe słownictwo, jak np. skrętoślony, siad skulony spojony, siad kroczy i t. d. Co więcej teoria ta nie jest systematycznie uporządkowana.

Zbyt zatem ogólnikowo i po macoszemu potraktował autor zaleconą przez siebie metodę, ze szkodą dla niej; wyżej cenił systematykę, oraz t. zw. „ocenę względną”, wpływającą z oburzenia na niesprawiedliwą ocenę z ćwiczeń cielesnych przez wychowawców oraz w chęci podania młodzieży do ręki środków „samoobrony” przeciw niesprawiedliwym jej wychowawcom bez względu na fakt, czy to jest dobre i pedagogiczne.

Sam autor może jednak przyznałby, że jego systematyka nie daje nic nowego, ale co więcej, będzie w błąd wprowadzała licznymi pomyłkami, których brak miejsca nie pozwala mi wyliczyć.

Najwięcej pracy włożył autor w części VI—VII, gdzie omawia ogólnie niesprawiedliwość oceny bezwzględnej i przemawia za oceną względną, uwzględniającą „najważniejsze wymierne właściwości mechaniczne maszyny ludzkiej, od których nawet zależne są niektóre właściwości psychiczne człowieka”. Ale cóż kiedy „ocenie sprawności fiz. podlega tylko młodzież zdrowa i normalnie rozwinięta”, a tymczasem w szkole mamy do czynienia

w dość dużym procencie obok tej z młodzieżą niezupełnie normalną. Co z taką robić, autor nie podaje. Innemi słowy o tę nie zaleca dbać, mimo że nie zapomina o młodzieży żeńskiej.

Projekt swój oceny względnej popiera 37 tablicami.

Nie czas i miejsce na szczegółową krytykę tej „oceny względnej”, ograniczyć się też tylko muszę do zapytania pod adresem Szan. Autora, jak sobie wyobraża techniczną stronę całego proceduru. Bo o ile nam wiadomo do tej pory niemal wszystkie szkoły nie mają jeszcze swoich własnych boisk i urządzeń do takiego celu odpowiednich, a powtórę ani młodzież nasza ani też społeczeństwo nie są jeszcze na coś podobnego przygotowane. Ponadto odnoszę wrażenie, że i szkoła jako taka miałaby na razie jeszcze niejedno do powiedzenia. Dzisiaj gdy, ciągle jeszcze muszą wychowawcy fizycznych walczyć o należyte *prestige* dla ćwiczeń cielesnych wśród przedmiotów szkolnego nauczania obowiązkowego oraz niemniej dla siebie samych, nie wolno nam wychowawcy fizycznego pozbawiać tego prawie jedynego środka egzekutywy, jakim są obecnie oceny, zastępując go zmechanizowanym systemem tabel, poddanym nadto „kontrolu ze strony samej młodzieży”.

F. F i d z i ń s k i, Kraków.

**U w a g a r e d a k c j i.** Jak się poza tem informujemy w sferach traktujących antropometrię naukowo, część VI i VII są najzupełniej chybione. Widzimy tu zasadnicze nieporozumienie ze strony autora t. j. ową sprawiedliwość oceny, któremu to postulatowi odpowiada rzekomo ocena względna, oparta na wprowadzeniu momentu czysto morfologicznego, specjalnie momentu długości kończyn. Wszak zadanie antropometrii zasadza się nie na sprawiedliwości oceny, ale na tworzeniu naukowych podstaw celem ulepszenia metody pracy. Kryteria stosowane przez autora do uzyskania tej sprawiedliwej oceny są jednostronne (brak ujęcia rozwoju mięśniowego), oraz najzupełniej przypadkowe i nieprzemyślane. Trafiają się też momenty wręcz niepoważne, jak np. mierzenie „wysokości skocznej”.

F. G i l e w s k i, **Skok wzwyż.** Poznań (Zjedn. Młodz. Pol.) 1928, str. 80 w 16-ce, ilustr. — I d e m, **Bieg na 100 m.** Ibid. 1927, str. 27. — I d e m, **Boisko.** Ibid. 1928, str. 61, ilustr.

Rozwój lekkoatletyki w Polsce zaznacza się stałym wzrostem ilości ćwiczących, oraz nowemi wydawnictwami, które w dużej mierze przyczyniają się do podniesienia wyników i zbliżenia ich do poziomu światowego.

„Skok wzwyż” jest opracowany b. obszernie i wyczerpująco. Książka jest wynikiem wieloletniej sumiennej i owocnej pracy instruktorskiej autora w C. W. Szk. G. i Sp. i Stowarzyszeniach młodzieży i gorliwej zaprawy osobistej w dziedzinie skoków, w których osiągnął nieprzeciętne wyniki.

Układ podręcznika dobry. Technika skoku opracowana z punktu widzenia praktycznego, postępuje racjonalnie i stopniowo w nauczaniu poszczególnych elementów skoku.

W tak popularnem dziełku większy nacisk winno się położyć na rozłożenie samego skoku na kilka faz (temp), któreby ułatwiały naukę początkującym. Żałować też należy że kilka zdjęć (jak na str. tytułowej, 24 i 33) wypadły za słabo, lub nie uwidoczniają należycie opisanych stylów.

Broszura daje pełną gwarancję, że przyczyni się do zwiększenia zastępów uprawiających tę dziedzinę lekkoatletyki. Powinna być przewodnikiem dla każdego skoczka-lekkoatlety, nadaje się też w zupełności dla instruktorów.

„Bieg 100 m”, to książeczka w którą winien się zaopatrzyć każdy lekkoatleta, gdyż ułatwi ona w dużej mierze ćwiczenia biegów krótkich, nietylko specjalistom, lecz skoczkom i miotaczom, których zaprawa, obok innych ćwiczeń musi zawierać ćwiczenia startu i wybiegu. Zaprawa potraktowana nieco za ogólnikowo, pominięty jest okres zimowy, w którym to czasie nie można czynić zupełnej przerwy ćwiczeń.

Nie godzę się na twierdzenie, że ułożenie tułowia podczas biegu powinno być zupełnie proste — pochylenie ciała musi być nieco ku przodowi,



tak, by środek ciężkości był zawsze przed linią odbicia. Rozkładanie szybkości biegu na 100 m nie może mieć miejsca, gdyż ze względu na krótki okres trwania biegu nie ma czasu na rozkładanie sił, a zasadą musi być równe jak najintensywniejsze tempo.

„Bieg rozstawny 4 × 100”, ujęty w krótkiej formie, podaje jasno przygotowanie bieźni do zawodów w biegu rozstawnym, wybór zawodników i układ drużyn, urządzenie biegu, sposoby i zaprawę zmiany oraz cenne uwagi dla podającego i odbierającego pałeczkę.

Nie zalecałbym tylko wykonywania skoku przy zmianie (podaniu) pałeczki, trudność tak dokładnego zgrania zmieniających da w większości wypadków stratę czasu przy zmianie, a nawet upuszczenie pałeczki. Dziełko nadaje się w zupełności dla początkujących.

Celem dziełka p. t. „Boisko” jest podanie najprostszycch i najpewniejszych sposobów organizacji terenów ćwiczeń nieurządzonych i przygotowaniem boisk do zawodów lekkoatletycznych, autor nie traktuje o budowie boisk sportowych wogóle, na co wskazywałby tytuł.

Podręcznik opracowany starannie, podaje sposoby urządzenia bieźni, skocznicy i rzutni do zawodów z obliczeniami i pomiarami. Wykresy i rysunki ułatwiają zrozumienie i wykonanie pracy.

Układ treści w części I i IV przy innym ustawieniu zyskałby na przejrzystości.

Sposoby budowy bieźni żuźlowej, wymagające specjalnej umiejętności i dużych kosztów, które muszą przez dłuższy czas oddawać usługi przemawiają za tem, aby wykonanie ich polecić tylko budowniczym specjalistom, obznajomionym z techniką sportu, czego autor nie zaznacza.

Podręcznik odda duże usługi organizatorom zawodów, instruktorom, sędziom lekkoatletyki i klubom sportowym.

Por. Józef B a r a n.

## Z TOWARZYSTW, INSTYTUCYJ I ZJAZDÓW.

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

Posiedzenie z d 16 lutego 1928. Przewodniczył dr. K o p c z y ń s k i, sekretarz p. S z y m o ń s k a, osób obecnych 53. Po odczytaniu i przyjęciu protokołu z poprzedniego posiedzenia, przewodniczący podaje do wiadomości, że w dn. 18. I. dr. K a s p r z a k miał pierwszy wykład z dziedziny higieny na wydziale humanistycznym w Uniwersytecie Warszawskim, podkreśla ważność tego faktu jako dowód odczuwania przez sfery uniwersyteckie doniosłości sprawy zaznajomienia przyszłego nauczycielstwa z zagadnieniami higieniczno-szkolnemi. Podaje do wiadomości, że wszystkie publikacje, dotyczące walki z alkoholizmem nabyć można w warszawskiej składnicy tych wydawnictw, Okólnik 11 m. 28 między 3 a 6 godz.

Dr. G r z y w o - D a b r o w s k a zapytuje, czy fundusz gier i zabaw został skasowany. Przewodniczący wyjaśnia sprawę okólnika tyżącego się taks administracyjnych i podaje do wiadomości, że wysokość opłat i administracja funduszami zostaje ta sama, tylko nastąpi zmiana sposobu wpłat. Pozatem przewodniczący komunikuje, że 50 schronisk nocelegowych szkolnych zostaną zaopatrzone w 1000 koców.

Dr. W. H a b e r k a n t ó w n a wygłasza referat p. t. „W s k a z ó w k i metodyczne do nauczania higieny” (referat ten podajemy na wstępie numeru).

W dyskusji nad referatem, przewodniczący uważa, że krytyka wykładów lekarzy szkolnych jest nieco za surowa, jest zdania, że lekarze szkolni stawiają dopiero pierwsze kroki na polu pedagogji, początek jest zawsze trudny, w następnych latach, gdy lekarze zdobędą doświadczenie,

wykłady pójdą lepiej. Na podstawie wizytacji zwraca uwagę, aby lekarze stosowali się do poziomu klasy, aby wykłady nie stały ani poniżej, ani powyżej poziomu klasy, porusza sprawę niedostatecznego wykorzystywania pomocy szkolnych, radzi, aby lekarze jak najczęściej bywali na lekcjach wytrawnych pedagogów, co im ułatwi może nabycie metody prowadzenia lekcji.

Dr. Goździcki wypowiada uwagi co do lekcji przykładowych p. dr. Matusiewiczówny i prof. Szaniawskiego, a w popularyzacji zagadnienia odżywiania u dr. M. zauważył pewne nieściśłości jak np. obniżenie wartości cukru dla organizmu. Prof. Szaniawską miał ułatwione zadanie, bo sam przygotował sobie uczniów w dziedzinie anatomji i fizjologii. Dr. Matusiewiczówna prostuje wyniki nieporozumienie, twierdząc, że w lekcji starała się przeprowadzić różnicę między całkowitym pokarmem, a cukrem, który jest jednak mimo dużej wartości pokarmem dodatkowym.

Dr. Oziębłowski staje w obronie dogmatyczności jaka musi być częściowo wprowadzona do lekcji higieny, jest zdania, że na lekcji higieny uczniowie niekoniecznie muszą uczyć się rozumować i myśleć mając na to lekcje innych przedmiotów, daje przykłady, że prowadzenie lekcji metodą heurezy niezawsze może być celowe np. sprawa dodatniego i ujemnego ciśnienia na lekcji prof. Szaniawskiego. Oświadcza, że nie rozumie, czy lekcja prowadzona przez wyżej wspomnianego była lekcją, czy też powtórzeniem, egzaminem. Dr. Bogdanowicz porusza niebezpieczeństwo zbytńego posiłkowania się terminologią, a szczególniej definicją popularną, której znaczenia uczniowie dokładnie nie rozumieją.

Dr. Niewiński przedstawia trudności utrzymania uczniów w karcach, aby w dyskusji nie było za dużo rozstrzelania i rozbieżności. Stawia wniosek, aby lekcje higieny nie były powierzane z obowiązku lekarzowi szkolnemu, lecz prowadzone przez specjalnych lekarzy-pedagogów, którzy wykładaliby ten przedmiot w całym szeregu szkół. Wniosek ten popiera dr. Majewska-Borowska. Przeciw temu wnioskowi występują przewodniczący i dr. Cieszyński, który jest zdania, że odebranie lekcji higieny z rąk lekarza szkolnego jest wytrąceniem największego atutu z jego rąk. Lekarz klinicysta usuwa tylko choroby, lekarz zaś higienista ma pracę bardziej pozytywną i twórczą. ma cel tworzenia zdrowego człowieka.

Dr. Uliński porusza sprawę obrazów estetycznych, jakie należy demonstrować w czasie lekcji.

Dr. Goździcki bierze w obronę werbalizm, zdaniem jego niekiedy jest on konieczny. Połączenie zaś wykładów fizjologii i higieny w jednym ręku ułatwia bardzo zadanie nauczyciela higieny. Dr. Korsakówna jest zdania, że należy lekarzy zapoznać z różnemi systemami pedagogicznemi jak heurezą, systemem daltońskim i t. p. System wydobywania wiadomości li tylko od ucznia uważa za zbyt powierzchowne ujęcie zagadnień. Dr. Skarbek-Felszewski uważa, że prowadząc lekcje metodą heurystyczną, która wymaga dużo czasu, nie można wyczerpać programu po godz. lekcji, przeznaczonej dla higieny.

Na stawiane zarzuty odpowiada dr. Haberkantówna i wyjaśnia, że zaszło pewne nieporozumienie co do pojęcia werbalizmu, metoda bowiem heurezy nie wyklucza opowiadania i uzupełniania zagadnień przez nauczyciela, chodzi tylko o nie nadużywanie wykładu, a wykład ex cathedra w szkole średniej jest niedopuszczalny. Kierowanie dyskusją, aby nie było rozstrzelania jest rzeczą nauczyciela, powtarzanie pewnych przesądów, jakie nabyli uczniowie w domu w stosunku do higieny, stanowi bardzo ciekawy materiał do dyskusji i należytego oświetlenia zagadnienia wszechstronnie. Co do estetyki demonstrowanych obrazów, prelegentce nie chodzi o pokazywanie tablic i przezroczy przedmiotów estetycznych, tylko wskazuje, że tablice i wszelkie inne pomoce powinny być estetycznie wykonane. Jakkolwiek w referacie występowała przeciwko zadawaniu lekcji z podręcznika, uważa jednak posiadanie podręcznika za rzecz pożyteczną w szkole, ale rzeczą nauczyciela jest nauczyć ucznia ko-



rzystania z podręcznika. Prelegentka występuje przeciw przeładowaniu lekcji terminologią, jest zdania, że forma poszukująca, nie jest metodą połączką. Co do uwagi o braku czasu na przejście całego programu odpowiada: program się wyczerpie, jeżeli uczeń się czegoś nauczy.

Posiedzenie zamknięto o godz. 10,15.

**Posiedzenie w dniu 2 marca 1928.** Przewodniczył dr. K o p c z y ń s k i, sekretarz p. S z y m o ń s k a, osób obecnych 42. Odczytano i przyjęto protokół z poprzedniego posiedzenia, poczem przewodniczący demonstrowa tablice prawidłowego siedzenia ucznia wydane przez „Pomoc szkolną”. Zachęca lekarzy szkolnych do opracowywania zagadnień z dziedziny higieny, jako tematy podaje sprawę zawartości CO<sub>2</sub> w klasie, sprawę oświetlenia klas i t. p. Dr. H a b e r k a n t ó w n a omawia świeżo wydaną książkę „Przykazania Higieniczne” dr. J. R a u c h - S o b o l e w s k i e j, prelegentka podnosi wartość książki pod względem metodycznym i wychowawczym. Zaleca ją bardzo jako książkę pomocniczą dla lekarzy szkolnych i nauczycieli szkół powszechnych.

Dr. C e l a r e k wygłasza referat p. t. „Szczerpienia ochronne przeciw płonicy”.

Przy wykonywaniu szczepień ochronnych przeciw płonicy należy mieć na uwadze szereg momentów, od których zależy uzyskanie dobrego wyniku szczepień. Przedewszystkiem należy zaznaczyć, że szczepieniu podlegać powinny zasadniczo tylko dzieci z dodatnim odczynem Dick'ów a więc wrażliwe na zakażenie. Przy wykonywaniu szczepień należy zwracać uwagę na objawy poszczepienne, które mogą być trojakiiego rodzaju: ogólne, miejscowe i nerkowe. Na podstawie wielkiego materiału szczepionych w Warszawie, można śmiało twierdzić, że żadne z objawów poszczepiennych nie są takie, by mogły być przeszkodą szczepień. Odczyn nerkowy poszczepienny występował u 15% szczepionych i zanikał samoistnie mimo dalsze szczepienia u 7% osobników. Z objawem tym należy jednak się liczyć i jest rzeczą wskazaną badanie nerek (białko, osad) przed szczepieniem i w ciągu szczepień. Osób chorych, gorączkujących, dotkniętych gruźlicą również nie powinno się szczepić. Szczepienia należy wykonywać przed epidemją, a więc najlepiej w okresie kwiecień-maj. Do szczepień poleca się używać szczepionki płoniczej, która składa się z antytoksyny i ciał bakteryjnych. Po upływie 4—6 tygodni od ostatniego szczepienia, należy powtórnie wykonać odczyn Dick'ów, celem ustalenia wyniku szczepienia. W razie dalszego trwania wrażliwości, należy wykonać jeszcze jedno szczepienie.

W dyskusji, docent dr. Ł a w r y n o w i c z, opierając się na własnym bogatym materiale, twierdzi, że dziś w akcji szczepień mamy więcej doświadczenia i przeto ta akcja musi dać lepsze wyniki, albowiem szczepionki są mniej toksyczne, szczepienie zabiera mniej czasu, stosujemy obecnie dawki większe.

Dr. N a r k i e w i c z podkreśla, że metoda nie jest ścisła. Wobec skłonności dziatwy szkolnej do gruźlicy, szczepienia mogą łatwo rozbudzić utajoną chorobę, poza tem szczepionki, wprowadzone do organizmu, niewątpliwie drażnią nerki.

Dr. B i r e n c w e i g: Lekarze szkolni posiadając dane co do przebycia przez dzieci szkarlatyny, mogą sprawdzić wartość szczepień systemu Dicka. Należy zastanowić się, czy w związku z masowemi szczepieniami nie zwiększa się liczba roznosicieli zarazy, wreszcie szkarlatyna to kameleon zmienny w swych objawach.

Dr. B r o k m a n: Nazwa szczepienia eksperymentowaniem jest nieodpowiednia, tu się udoskonala wciąż metodę. Choroba poszczepionkowa to dowód, że organizm nie może się uodpornić. Zwiększenie liczby nosicieli choroby dzięki szczepieniom jest niezrozumiałe. Liczba tych roznosicieli jest zawsze duża, dlatego należy szczepić.

Dr. Bogdanowicz: obecne szczepienia przedszkarlatynowe sprawiają ból, dlatego drugi raz dzieci niechętnie im się poddają. Sam miał 2 przypadki płonicy, niewątpliwie w związku ze szczepieniem. Konieczna jest kontrola nad odpornością po przebyciu szkarlatyny.

Dr. Ossowski (Skiermiewice) radzi zwalczać przesady rodziców.

Dr. Ławrynowicz — objawy ze strony nerek po szczepieniu są przejściowe, nie należy się obawiać, każda epidemia daje niespodzianki, przypuszczenie, że szczepienie zwiększa liczbę nosicieli — jest niewątpliwe.

Referent w odpowiedzi zaznacza, że żadne szczepienie, nawet przebyta choroba nie daje 100% odporności, dawki poprzednie nie były niedokładne, lecz zbyt małe, bolesność obecnych szczepień jest większa, gdyż stosuje się roztwór formaliny, przypadki wątpliwe zawsze były, są i będą w przyszłości.

Posiedzenie zamknięto o 10 godz w.

## I. Polski Kongres dla spraw sportu i wychowania fizycznego kobiet.

W dniach 14, 15 kwietnia b. r. odbył się w Warszawie pierwszy Kongres poświęcony sprawom sportu i wychowania fizycznego kobiet. Pretektorat Kongresu objął Marszałek Piłsudski, w skład komitetu honorowego weszli: Marszałkowa Piłsudska, Minister Spraw Wewnętrznych gen. Składkowski, Minister W. R. i O. P. dr. Dobrucki, Dyrektor Państw. Urzęd. Wych. Fiz. płk. J. Ulrych, Prezydent Z. Słomiński, Komisarz Rządu W. Jaroszewicz. Kongres odbywał się w nowym gmachu Gimnazjum ż. im. Królowej Jadwigi i zgromadził z górą 400 osób, w tem 50% nauczycielstwa, co świadczy wymownie o wielkiem zainteresowaniu społeczeństwa aktualną dziś sprawą kształcenia cielesnego kobiet.

Kongres otworzył płk. Ulrych, witając zebranych w imieniu Marszałka Piłsudskiego oraz Ministra Oświaty dr. Dobruckiego, poczem wybrano na przewodniczącą Kongresu H. Olszewską, J. Gebethnerównę i K. Muszałównę na zastępczynię oraz panie W. Prażmowską, W. Kryńską i H. Ryszkiewiczównę, jako sekretarki. Kongres, w czasie dwóch dni, odbył cztery posiedzenia plenarne oraz jedno posiedzenie komisji postulatowej.

Pierwszy referat „Podstawy naukowe wychowania fizycznego” wygłosiła dr. Reicherówna, która od kilku lat pracując na polu naukowych badań odnośnie ćwiczeń cielesnych kobiecych, w sposób dostępny wykazała konieczność współpracy lekarskiej przy wszelkich zawodach sportowych i określaniu rodzaju sportów dla poszczególnych typów niewieścich na podstawie dokonywanych badań. Na pierwszym miejscu stawia dr. Reicherówna gimnastykę dla niewiast i żąda wprowadzenia jej do wszystkich szkół żeńskich w większych niż dotychczas wymiarach.

Referat dr. Wł. Osmolskiego na temat „Czem jest i czem powinien być sport kobiecy” — wygłoszony piękną formą językową w sposób miły i ciekawej gawędy, zrobił nader dodatnie wrażenie na słuchaczach. Trzeci referat dr. Dybowskiego ze Lwowa „Kontrola lekarska w sporcie”, w którym referent zaznacza wielkie różnice fizjologiczne pomiędzy organizmem kobiecym i męskim i płynącą stąd konieczność bacznego indywidualizowania kobiet uprawiających odpowiednie sporty oraz konieczność kontroli lekarskiej przy stopniowaniu natężenia ćwiczeń. Trzy pierwsze referaty były w formie odczytowej i nie podlegały dyskusji.

Na posiedzeniu popołudniowym dr. Zabawska-Domosławska wygłosiła referat pod tytułem „Wytyczne sportu kobiecego”, w którym zwalcza naśladownictwo w sporcie kobiecym wzorów męskich, zaznaczając różnice tak fizyczne jak psychiczne obu płci. Żąda dla roz-



woju sportu kobiecego opieki lekarskiej kobiecej oraz instruktorek kobiet, wreszcie rzuca myśl, aby kompleks sportów odpowiednich dla kobiet ująć w pewien system, który mógłby stać się odpowiednim dla szerokich mas niewieścich, a nie jedynie dla uzdolnionych wybranek losu.

Nad referatem dr. Domosławskiej wywiązała się dyskusja, w której zabierał głos między innymi profesor Wyrobek, popierając wnioski referatki.

W. Prażmowska w referacie „Sport a charakter” analizuje wyższość zawodów zespołowych nad indywidualnymi, żąda ścisłego klasyfikowania zawodniczek według sił i usprawnienia, popiera rozpowszechnienie odznaki sportowej i wyraża swe uznanie przede wszystkim dla tych sportów kobiecych, które polegają na walce z niebezpieczeństwem stawianem przez samą naturę. Poza tem uważa p. Prażmowska za bardzo niewskazane czynienie z mistrzyni sportowych bohaterek, co nader ujemnie wpływa na ich charakter i czyni sport zupełnie niepotrzebnie jedynem niemal zainteresowaniem w życiu.

H. Olszewska w referacie „Przeгляд współczesnych metod gimnastycznych dla kobiet” omówiła metodę plastyki rozpowszechnioną dziś w Niemczech, następnie przedstawiła wielkie wartości metody E. Björkstén (Finlandja), A. Bertram (Danja) i zakończyła referat obrazowaniem tego co w danej chwili czyni się dla metody gimnastycznej w Polsce. Pierwszy dzień Kongresu zakończony został referatem dr. Dybowskiego „Stosunek ćwiczeń cielesnych do zawodu i pozycji społecznej”.

Dnia 15-go na porannem posiedzeniu Kongresu płk. W. Sikorski wygłosił ciekawy referat „Kształcenie instruktorek sportowych”, w którym logicznie umotywował konieczność, by zarówno wszelkimi ćwiczeniami grupowymi jak i poszczególnymi sportami kobiet kierowały w przyszłości jedynie kobiety; zaznaczył również konieczność współpracy lekarki sportowej z instruktorką, które wspólnie wytworzyć mogą racjonalny kierunek rozwoju sportu. Referat płk. W. Sikorskiego był gorąco dyskutowany. Ostatni referat był K. Muszałówny „Postulaty organizacyjne sportu kobiecego”. Referentka charakteryzowała schematy organizacji w sporcie kobiecym zagranicą, oraz obecnie przyjęte w Polsce formy organizacyjne, wykazując główne wady i niedomagania tych ostatnich. Stwierdza, że obecne formy organizacyjne nie pozwalają na rozwinięcie szerokiej akcji propagandowej, zwracając uwagę i opiekując się wyłącznie sportem zawodniczym. Domaga się usamodzielnienia organizacyjnego sportu kobiet, twierdząc, że na tej drodze należy się spodziewać nie tylko rozszerzenia akcji propagandowej, lecz również pogłębienia ideologii sportu, szukania własnych dróg w sporcie, a także pobudzenia kobiet do twórczej pracy.

Komisja postulatowa pod przewodnictwem dr. M. Orłowicza przy pomocy prof. Ciechanowskiego opracowała materiał wniosków do uchwalenia na zebraniu plenarnem. Ostatnie zebranie Kongresu ograniczyło się jedynie do przyjęcia wniosków uchwalonych przez Komisję postulatową, a referowanych przez dr. Z. Domosławską. Kongres uchwalił 23 wnioski oraz polecił, aby Komitet Organizacyjny został uznany jako Komitet Wykonawczy, który ma zadanie skierować wnioski do odpowiednich instancji dla ich rychłego zrealizowania oraz, aby Komitet zajął się zwożaniem, w ciągu roku, specjalnego zjazdu poświęconego omówieniu wychowania fizycznego i sportu młodzieży szkolnej.

Kongres zakończył się pięknym przemówieniem prof. Wyrobka, który złożył podziękowanie pod adresem Komitetu Organizacyjnego. Chcących zapoznać się z całością treści referatów wygłoszonych na Kongresie, odsyłamy do specjalnego numeru pisma „Start”, (ul. Górnośląska Nr. 20), który ukaże się niebawem. (Dokończenie nastąpi.)

H. Olszewska, wizyt. Min. W. R. i O. P., Warszawa.

## ZMARLI.

— **Józefa Joteyko** ur. 29 stycznia 1866, zm. 24 kwietnia 1928. Zmarła przedwcześnie uczona polska, obok Curie - Skłodowskiej najznakomitsza i zagranicą wysoko ceniona, może być przykładem poświęcenia całego życia na ołtarz wiedzy i pracy dla społeczeństwa. Po uzyskaniu bakalaureatu przyrody w Genewie, studjuje medycynę w Brukseli i Paryżu, gdzie w r. 1896 uzyskuje stopień doktora, otrzymując już za pierwszą swą pracę i tezę doktorską p. t. „La fatigue et la respiration élémentaire du muscle,” nagrodę fakultetu. W r. 1898 zostaje pracowniczką laboratorium psychofizjologicznego uniwersytetu w Brukseli, w r. 1903 kierowniczką prac psychologicznych tego laboratorium, już od r. 1898 będąc równocześnie asystentką Instytutu Fizjologicznego Solvay'a w Brukseli, a od r. 1902 fizjologiem laboratorium energetycznego Solvay'a. Stopniowo coraz więcej poświęca pracy psychologii eksperymentalnej, przenosząc się zczasem w dziedzinę psychologii pedagogicznej. W tej dziedzinie zaczyna zaznaczać się Jej twórczość nie tylko naukowa, ale pedagogiczna i organizacyjna; w r. 1911 organizuje I Międzynarodowy Kongres Pedologii wykładając psychologię w seminarjach nauczycielskich w Mons i w Charlerui, organizuje tam pracownie psychologii pedagogicznej, wprowadza nowy schemat karty indywidualnej. W r. 1912 organizuje Dr. Joteyko w Brukseli Międzynarodowy Fakultet Pedagogiczny, z którego korzysta także wielu Polaków; przedtem już urządzają liczne kursy pedagogiczne. Przez 7 lat redaguje *Revue Psychologique*, kwartalnik przez siebie założony. W r. 1916 zostaje powołana na katedrę w *Collège de France*, gdzie ongiś wykladał Mickiewicz. Jesienią r. 1919 powraca do Polski i obejmuje katedrę psychologii pedagogicznej w Państwowym Instytucie Pedagogicznym, wykładając tam do r. 1925, t. j. do chwili zamknięcia Instytutu. Kurs Jej wykładów obejmował także psychologię ogólną i antropometrię. W Warszawie inicjuje Prof. Joteyko Koło Psychologiczne z własnym kwartalnikiem (Biuletyn Koła Psychologicznego), od r. 1926 redaguje „Polskie Archiwum Psychologii”, wydawane przez Związek Nauczycieli Szkół Powszechnych. Po zwinięciu Instytutu Wolna Wszechnica Polska zaprasza Prof. Joteyko na katedrę psychologii a Wydział Medyczny Uniwersytetu Warszawskiego habilituje Ją jako docentkę psychologii. Równocześnie wyklada Prof. Joteyko w Państwowym Instytucie Pedagogiki Specjalnej.

Ten krótki szkic życiorysu nie obejmuje bynajmniej całości Jej zasług, W nauce pozostanie po Niej trwałe dorobek w postaci około dwustu prac, w języku francuskim i polskim, z tego znaczna ilość z dziedziny fizjologii, głównie toksykologii i elektrofizjologii, kurczliwości mięśni i teorii skurczów, anestezji i teorii bólu i zmęczenia. Obmyśla nowe metody badań, podaje matematyczną formułę praw zmęczenia, pracuje nad zagadnieniami odżywiania. Za prace otrzymuje kilkakrotnie najwyższe nagrody Paryskiej Akademii Nauk, *Institut de France*, Paryskiej Akademii Medycznej, *Collège de France* i Królewskiego Towarzystwa Nauk Medycznych i Przyrodniczych w Belgji, zostaje członkiem wielu towarzystw naukowych i przewodniczącą Belgijskiego Towarzystwa Neurologicznego.

W dziedzinie wychowania zasługi Prof. Joteyko są bodaj jeszcze większe. Umiała zapalić uczucie do pracy nad budową podstaw naukowych wychowania i wychowała całe pokolenie nauczycieli i badaczy, którzy Jej wysiłki będą kontynuować.

S t. S e d l a c z e k , b. asystent Państw. Instytutu Pedagog.

— **Ś. p. Dr. L. Burgerstein**, jeden z koryfeuszów higieny szkolnej, długoletni docent tego przedmiotu w Uniwersytecie Wiedeńskim, autor szeregu poważnych prac naukowych i jednego z najlepszych podręczników, tłumaczonego na wiele języków obcych, zmarł w wieku 75 lat. Zmarły uczony miał i w Polsce wielu przyjaciół, których sobie umiał zjednać szlachetnym umiłowaniem wiedzy i bezstronnem uwzględnieniem obcego dorobku.



## KRONIKA.

— **Wizytatorem higieny szkolnej w Okr. Szk. Lwowskim** zamianowano dra Wład. Sochaniewicza.

— **Kursy wychowania fizycznego w czasie wakacji 1928 r.** Dla nauczycielstwa szkół powszechnych organizuje Ministerstwo W. R. i O. P. kursy tego rodzaju w Sanoku, Bydgoszczy, Wągrówcu, Płocku i Trokach; nadto kurs przeszkolenia higienicznego w Warszawie (Państw. Szkoła Higieny). Kurs w Wągrówcu (mężczyźni 1—21 lipca, kobiety 22 lipca — 11 sierpnia), finansowany przez Państw. Urząd W. F., będzie też dokształcać wychowawców fizycznych szkół średnich.

(Dz. Urz. Min. W. R. i O. P., Nr. 4, poz. 84).

— **Wychowanie Fizyczne w komisji budżetowej Sejmu.** Podczas obrad nad budżetem Ministerstwa Oświecenia, dyr. Państw. Urz. W. F. i P. W., ppłk. S. G. Ulrych udzielał wyjaśnień i stwierdził, że w tej dziedzinie wszystko mamy do zrobienia. Polska znajduje się w takiej sytuacji, że z trudem możemy pokryć kontyngent rekruta. Pierwszym zadaniem jest budowa Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego, który będzie kształcił wychowawców. Zagadnienie wychowania fizycznego jest związane bezpośrednio ze skróceniem służby wojskowej. Na wniosek mówcy, minister spraw wojskowych skrócił o 3 miesiące służbę wojskową dla młodzieży, która przeszła kurs wychowania fizycznego.

Uczyniono zarzut militaryzmu. Otóż mówca stwierdza, że osobiście ma bardzo ciężką walkę o każdego oficera, którego ma otrzymać od M. S. Wojsk. dla pracy w tej dziedzinie i że w dniu, w którym minister oświaty na terenie Instytutu wyprodukuje dosyć własnych cywilnych instruktorów, minister spraw wojskowych z zadowoleniem wycofa swoich oficerów.

Jeżeli chodzi o te 10 milionów na wychowanie fizyczne, to posiadają one ściśle preliminowany budżet i idą na inwestycje. Nam potrzeba przynajmniej 24 milj. zł. rocznie, aby w ciągu 20 lat jako tako nasycić potrzeby tej dziedziny. Płk. Ulrych sądzi, że komisja nie odmówi kredytu dla tak doniosłego celu.

— **Otwarcie lotniczej pracowni psychotechnicznej.** Dnia 7. V. r. b. odbyło się w Porcie Lotniczym w Warszawie otwarcie pierwszej polskiej pracowni psychotechnicznej, badającej uzdolnienie zawodowe lotników. Pracownia ta powstała pierwotnie jako część Sekcji Lotniczo-Lekarskiej przy Instytucie Badań Technicznych Lotnictwa, która weszła w skład nowoutworzonego Centrum Badań Lotniczo-Lekarskich, pozostającego pod kierownictwem Pułk. Dr. A. Huszczy. Obecnie pracownia psychotechniczna stanowi dział Laboratorium Psychofizjologicznego C. B. L. L.; personel naukowy Laboratorium stanowią: mjr. dr. Wł. Missiuro jako kierownik, kpt. dr. Wł. Kondratowicz i dr. fil. B. Zawadzki (jako psycholog). Zaopatrzenie w kosztowną aparaturę w znacznej mierze zadzięcza pracownia ofiarności Koła Skarbowców Nr. 140 L. O. P. P.

— **Gniazdo sokolic w Poznaniu.** Konieczność torowania własnych dróg w tej dziedzinie rozumiano nareszcie i omawiano na kongresie sportowym kobiet, ustalając jako warunek zakładanie samodzielnych towarzystw gimnastycznych dla kobiet. Chcąc zadanie to spełnić, grono sokolic, należących dotąd do gniazd Sokółów w Poznaniu zwołało w dniu 26 kwietnia rb. zebranie, celem założenia żeńskiego towarzystwa gimnastycznego. Na zebranie to przybyło przeszło 50 kobiet i w rozumieniu konieczności założono towarzystwo pod nazwą „Żeńskie Tow. Gimn. Sokół — Poznań”. Skład zarządu stanowią panie: K. Dęboczyńska — przewodnicząca, Łyczynkowska — zastępczyni, Kędzierzanka — sekretarka, Wolniewiczowa — zastępczyni, Frydrychowa — skarbniczka,

Gładyszowa, Jańczakowa, Liberowa, Szulczykowa —  
jako radne. (Kur. Pozn.)

— **Polonica w prasie zagranicznej.** W wychodzącym w Paryżu czasopiśmie p. t. *L'Hygiène par l'Exemple* ukazał się w numerze październikowym r. ub. artykuł Dr. St. Kopczyńskiego p. t. „L'inspection médicale des écoles en Pologne”.

*La Médecine Scolaire* (Paryż) podaje w nr. 5. b. r. streszczenia szeregu artykułów, które ukazały się w „Wychowaniu Fizycznym” zeszłego roku. Podobnież miesięcznik czeski *Anthropologie*, nr. 1, 1928, przedrukowuje streszczenie art. drów Stojanowskiego, Poplewskiego i Klamrzyńskiego z „W. F.”

— **Wymowne cyfry.** 3.500.000 dzieci polskich powinno się było znaleźć dnia 1 września w murach szkoły powszechnej. Z cyfry tej 400.000 dzieci znajduje się poza szkołą, chociaż w ostatnich czasach kontyngent nauczycielski zwiększył się o 1000 osób. 26.507 szkół powszechnych i 62.220 sił nauczycielskich nie jest w stanie podołać pracy kształcenia młodzieży. Wobec tego rząd będzie musiał poważnie pomyśleć o budowie nowych szkół i powiększeniu kontyngentu nauczycielskiego, zwłaszcza, że z roku na rok liczba dzieci stale i szybko powiększać się będzie. (Kur. Pozn.)

— **Organizacja Pol. Y. M. C. A.** w dniu 31. XII. 27 r. liczyła 2.157 członków z czego 51% młodzieży w wieku poniżej 25 lat, co wpływa na charakter organizacji. Ostatnio zwrócono uwagę szczególnie na młodzież akademicką i chłopców od 12 roku życia, których jest w organizacji 612. W pierwszym kwartale 1928 r. skonstatowano znaczny przyrost ilości członków z liczby powyższej na 3.347.

Program pracy obejmuje: wychowanie fizyczne, działalność kulturowo-oświatową i pracę społeczną. Członków grupuje się w klubach różnego charakteru, odpowiadających ideologii i programowi Y. M. C. A. Wzorowo urządzone ognisko w Krakowie wybudowane w r. 1926 kosztem 1.432.973 zł. pozwała na normalną pracę w tym ośrodku.

Dalszym zamiarem najbliższym organizacji jest projekt budowy ognisk odpowiednich na zakupionych już na ten cel placach w Warszawie (projektowane koszta budowy 4.000.000 zł.) i Łodzi, oraz urządzeń boisk sportowych, przystani wioślarskich i t. p.

Plan dotyczący rozbudowy i rozwoju Pol. Y. M. C. A. opiera się na ugruntowaniu i rozszerzeniu terenów pracy przez wybudowanie własnych ognisk, pozyskania większej ilości członków, wyszkoleniu personelu pracowników organizacji, aby przyjść do gospodarki samowystarczalnej, oddzielając się od pomocniczych kapitałów amerykańskich, które wpłynęły jeszcze w r. 1927 w sumie 15.000 dolarów.

(Plan rozbudowy i rozwoju Pol. Y. M. C. A. oraz sprawozdanie z dział. za r. 1927. Warszawa 1928.)

— **Obozy szkolne przysposobienia wojskowego.** Min. Oświecenia wydało okólnik w sprawie obozów dla hufców szkolnych. Utworzone będą 3 grupy: dla uczniów szkół średnich ogólno-kształcących, seminarjów i szkół technicznych; dla szkół handlowych i rzemieślniczo-przemysłowych i 3-cia grupa dla nauczycieli szkół powszechnych. Ogółem w r. b. ćwiczyć się będzie około 10.000 uczniów i 1400 nauczycieli.

— **Schroniska noclegowe szkolne.** Staraniem Ministerstwa W. R. i O. P., celem popierania ruchu turystycznego i szerzenia umiłowania kraju ojczystego wśród młodzieży, zostały zorganizowane w kilkudziesięciu punktach wycieczkowych szkolne schroniska noclegowe, a mianowicie (w miejscach, gdzie nie podajemy bliższego adresu, schroniska mieszczą się w miejscowych szkołach powszechnych publicznych): w wojew. białostockim: Białowieża, Myszniec; w wojew. kieleckim — Bodzentyn, Janów,



Złoty Potok, Nowa Słupia, Skała (pod Ojcowem); w wojew. krakowskiem — Andrychów, Dobczyce, Krościenko, Krynica-wieś, Krzeszowice, Lipnica Wielka, Lipnica Mała, Maniowy, Mszana Dolna, Nowy Sącz (gimn. państw. I im. J. Długosza), Nowy Targ, Rożnów, Rytro, Tymowa, Zator, Żywiec (gimn. państw. M. Kopernika); w wojew. lubelskiem — Kazimierz nad Wisłą, Puławy, Zamość (państw. seminar. naucz. żeńskie); wojew. lwowski — Lwów (szkoła powsz. publ. męska im. St. Konarskiego, ul. Sapiehy Nr. 9ć); w wojew. łódzkim — Kalisz (przystań wioślarska gimn. państw. im. T. Kościuszki), Tomaszów Mazowiecki; w wojew. nowogródzkim — Nowogródek (Inspektorat szkolny); w wojew. poleskiem — Pińsk (gimn. państw.); w wojew. pomorskiem — Brodnica, Chełmno, Gdynia, Kartuzy, Toruń (szkoła powsz. publ. wydział., pl. św. Katarzyny), Wejherowo, Wiele, Żarnowiec; w wojew. poznańskim — Bydgoszcz (przystań wioślarska gimn. państw. humanist.), Gniezno, Kórnik, Kruszwica (burmistrz miasta p. Borowiczka); w wojew. stanisławowskiem — Kołomyja, Jaremcze, Stanisławów (szkoła powsz. publ. żeńsk. im. K. Hoffmanowej); w wojew. śląskiem — Bielsko (Bursa im. Paderewskiego, ul. Starobielska 3), Brenna, Bystra, Cieszyn (Bursa P. M. Szk., ul. Stalmacha 14), Istebna, Jaworze — Nałęż, Katowice (gimn. państw., ul. Mickiewicza), Królewska Huta (gimn. państw., ul. Gimnazjalna 6), Zawoja (Stolarnia); w wojew. tarnopolskiem — Tarnopol (szkoła powsz. publ. im. św. Kazimierza, ul. Lelewela); w wojew. warszawskiem — Płock (szkoła powsz. publ. im. św. Jadwigi, ul. Dobrzyńska 17), Warszawa (7-kl. szkoła powsz. publ., ul. Czerniakowska 128); w wojew. wileńskim — Wilno (szkoła powsz. publ. Nr. 3, ul. Ostrobramska 5); w wojew. wołyńskim — Ostróg. Schroniska zaopatrzone są w łóżka z materacami sprężynowymi oraz koce.

## RÉSUMÉS DES PRINCIPAUX ARTICLES ET COMMUNIQUÉS.

Prof. E. Piasecki, Université de Poznań. **Quelques problèmes scientifiques importants en éducation physique<sup>1)</sup>**.

L'auteur se borne à toucher les questions de ce genre qui lui semblent avoir une plus grande importance pour l'avenir proche, d'après les résultats donnés par son enquête.

1. Le côté psychique de l'éducation physique. a) La corrélation psychophysique. Ce problème est devenu l'objet d'une vaste étude, entreprise par le Dr. Abramsson (Stockholm).

b) La fatigue physique et la fatigue intellectuelle. Le Dr. Sippel (Berlin) aborda ce sujet de nouveau, et aboutit aux résultats presque diamétralement opposés à ceux de ses prédécesseurs, en groupant la gymnast que parmi les sujets le moins fatigués. Cette étude devrait être reprise dans d'autres pays.

c) L'influence de la musique sur le travail musculaire n'est qu'en partie étudiée, si bien que plusieurs créateurs de méthodes nouvelles, préconisent exclusivement des exercices à accompagnement musical et d'autres spécialistes s'y opposent.

2 Individualisation en éducation physique. a) Age physiologique. L'auteur souligne la valeur de l'initiative du Dr. Schiøtz (Oslo) à cet égard, tout en accentuant, de l'autre côté, la nécessité d'investigations ultérieures du problème.

<sup>1)</sup> Un chapitre du rapport sur un voyage d'études, entrepris par l'auteur, en automne dernier, pour la Section d'Hygiène de la Société des Nations, publié ici avec autorisation bienveillante du Directeur Médical de la S. d. N., Dr. L. R a j c h m a n.

b) Le sexe. L'issue de ce dilemme doit être donnée par la science dans le sens très large du mot: anatomie, physiologie, psychologie, sociologie. La sociologie par exemple, doit nous éclairer sur l'avantage (ou désavantage) social du fait que la femme occupe telle ou autre position, qui lui était fermée auparavant, et l'éducation physique en déduira ses conclusions au sujet de la forme de son application au sexe féminin.

c) La constitution reste toujours encore un problème bien éloigné d'une solution satisfaisante. On a institué des séries de différents types constitutionnels, dont aucune n'est acceptée que comme facilitent en partie notre orientation dans le chaos de types.

d) L'hygiène de l'effort, contre-indications de l'exercice, ou de ses certaines formes: questions mieux étudiées, en ce moment, de leur côté sportif, qu'en vue d'applications scolaires.

e) Les types de race. Comme les mensurations et calculs du Dr. Stojanowski (Poznań) ont démontré, ces types ont chacun des aptitudes au travail musculaire différentes, si bien que ses investigations ultérieures nous permettront, peut-être, une différenciation nationale (ou plutôt régionale) au sujet d'indications d'exercices physiques.

f) Race psychique. L'auteur aborde une partie du problème, en étudiant les exercices du corps traditionnels (anciens jeux, danses, luttes, etc.) qui, par une symbiose séculaire, ont fini par cacher en eux une grande partie de l'âme nationale.

3. Critique scientifique de différents groupes d'exercices. Un exemple typique consiste dans les a) exercices respiratoires, dont la réforme, effectuée par Lindhard, a eu un succès complet dans les pays du Nord et ailleurs.

b) Pour les exercices de redressement de la colonne vertébrale, les uns ne leur attribuent qu'une valeur purement esthétique; d'autre côté, on reconnaît leur importance hygiénique. Tous les deux partis luttent avec des arguments scientifiques, mais aucun d'eux n'a, jusqu'alors, établi sa thèse sur une base de faits incontestables.

c) Les exercices de flexibilité (Bukh). A la base de l'expérience clinique d'orthopédistes, on les a fortement critiqués, en prétendant qu'ils évoqueraient facilement de l'hypermobilisation, suivie par une tenue détériorée. Ce ne sont, pourtant, que d'analogies. Des investigations directes font encore défaut.

d) Jeux, sports, danses, gymnastique sportive. Tous ces groupes d'exercices exigent encore une analyse minutieuse, pour en faire l'usage plus rationnel dans l'éducation. La tradition nationale est un motif sérieux, mais elle ne peut pas suffire pour accepter ou rejeter tel ou autre exercice.

e) Le postulat de restreindre l'éducation physique aux exercices naturels, a été récemment posé par Hébert en France, et par Gaulhofer en Autriche, ce qui semble trop radical. Mais, les réformateurs auront le mérite de causer une autre analyse scientifique, ayant pour but d'éliminer les éléments artificiels sans valeur.

4. Plan rationnel d'une leçon de gymnastique. Ce n'est qu'au laboratoire de l'Institut Supérieur Militaire de l'Éducation Physique à Bruxelles (Dr. Govaerts) que nous devons les premières investigations vraiment modernes de ce problème. Puisque les méthodes en éducation physique varient, de pays en pays, très considérablement, les recherches de ce genre devraient être faites dans beaucoup d'autres centres.

— Le I-er Congrès National pour l'Éducation Physique et le Sport de la Femme a été tenu les 14—15 avril, à Varsovie, sous le patronage du maréchal Piłsudski, en rassemblant 400 participants. On a voté toute une série de résolutions, visant, entr'autres, une élaboration des méthodes à part pour l'éducation physique féminine qui devrait être menée, autant que possible, par des femmes.