

WYCHOWANIE

FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY HIGIENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMJI I STOWARZYSZENIACH, ORGAN SEKCJI W. F. I H. SZK. PRZY T. N. S. W., STUDJUM WYCH. FIZ. UNIW. POZN., JEDEN Z ORGANÓW NAUK. TOWARZ. PEDAGOG., POL. ZW. SOKOLEGO, ZW. HARCERSTWA POLSKIEGO, ZJEDN. MŁODZ. POL., POLECONY PRZEZ MIN. W. R. I O. P., PAŃSTW. URZĄD WYCH. FIZYCZ. I PRZYSŁ. WOJSK., KURATORJA OKRĘGÓW SZKOLNYCH, ZASZCZYCONY NAGRODĄ Z FUNDACJI G. PIRAMOWICZA.

REDAKTOR NACZ.: WIZYT. W. SIKORSKI, POZNAŃ, UL. CHEŁMOŃSKIEGO 8. PART.

Dr. Eug. Piasecki
prof. Uniw. Pozn.

Wychowanie fizyczne narodowe

(Odczyt wygłoszony na Sekcji medycyny społecznej i higieny Kongresu Lekarzy Słowiańskich w Splicie, październik 1930.)

(Dokończenie.)

Historja. O temperamentach narodowym mówiliśmy już jako o rzeczy związanej prawdopodobnie z typami rasowymi. Poza tem jednak w ciągu tysiącleci działały na nasz naród wpływy historyczne i urabiały jego charakter, który przez wychowanie w środowisku polskim przechodził z pokolenia w pokolenie. Zadaniem dzisiejszego wychowawcy jest już tym razem nie tak skromne, jak tam, gdzie chodziło o właściwości wrodzone, do których przystosowujemy nasze zabiegi, mało mając nadziei na wywołanie zmian. Tu, przeciwnie, staramy się wyróżnić cechy dodatnie od ujemnych i popierać rozwój pierwszych, powściągać zaś drugie z nich.

Rola wychowawcy fizycznego w tej dziedzinie jest i obszerna i doniosła. Ma on w swych ręku środki potężne, zmierzające tak ku pozytywnemu jak i negatywnemu ze wskazanych dopiero co zadań. Więć zalety, jak odważność bojowa, zdolność do samorzutnej organizacji, zdolność do zapału i poświęcenia, wytworzone w naszej warstwie szlacheckiej przez swobodny ustrój dawnej Rzeczypospolitej (Tymieniecki, Poznań), stały się w pewnej mierze, z postępem demokracji, własnością dzisiejszej klasy przewodniej — in-

teligencji, a w znacznej części i innych warstw. Nie potrzebuję tu dowodzić, że nowoczesnie pojęte wychowanie fizyczne, z autonomją grup ćwiczebnych, z wycieczkami, obozowaniem, sportami bojowymi, harcami, ma tu wielkie i wdzięczne pole do pracy. Ale to działanie nie jest nierozłącznie i bezwzględnie przywiązane do samego doboru ćwiczeń. Niemniej koniecznem okazuje się spełnienie dwóch jeszcze warunków: umiejętnego kierownictwa i sprzężenia w harmonijną całość z innymi środkami wychowania moralnego. Młodzieniec, w którym nie wzbudzone szczerzej i głębokiej miłości ojczyzny, nie będzie odważny na polu bitwy dlatego tylko, że śmiało skakał na sali gimnastycznej. Chłopiec gotów do narażenia zdrowia dla zdobycia rekordu, niekoniecznie zechce je poświęcić na obronę granic kraju, jeśli skuteczniej pracowano nad rozwojem jego próżności, niż patriotyzmu.

Przed niepowodzeniami pedagogicznymi, polegającymi na przesadnej wierze w t. z. działanie formalno-wychowawcze, t. j. przenoszenie się nabytych zalet z jednej dziedziny w drugą (w naszym przypadku zatem ze sali ćwiczeń, czy boiska na pole bitwy), ostrzega m. i. F r e e m a n, na podstawie seryj eksperymentów amerykańskich, dokonanych na uczniach.

Co do wad narodowych, pozostałych u nas po chorobliwych stronach psychiki szlacheckiej, powszechna jest zgoda na brak k a r n o ś c i. Również niema dwóch zdań pod względem wysokiej oceny wartości wielu zabiegów wychowania fizycznego w tej mierze, coprawda z podobnymi zastrzeżeniami, jakie właśnie wypowiedzieliśmy w kwestji odwagi i poświęcenia. Szczególnie ważny jest moment, że rozporządzamy tu ćwiczeniami obu rodzajów karności, pożądanej dla narodu i państwa: karności bezwzględnej (wojskowej) i rozumowanej (obywatelskiej). Pierwszą dają wspólne ćwiczenia gimnastyczne, drugą drużynowe gry ruchowe, wspólne wycieczki, obozy, harce. Rozumnie prowadzone wycieczki i praca ręczna wychowawcza w polu i warsztacie są podporą w y t r w a ł o ś c i, też u nas rzadkiej. Obozowanie wytworzy u naszego wychowanka umiejętność p o p r z e s t a w a n i a n a m a ł e m, tak obcą epigonom szlachty. Praca ręczna znów, prócz wspomnianych już zalet, pomoże do zwalczenia przywary, na którą zwrócił uwagę D m o w s k i, a mianowicie braku z a i n t e r e s o w a ń g o s p o d a r c z y c h.

Dawna warstwa uprzywilejowana nie dbała o te rzeczy, pewna i tak sukcesu życiowego przy ówczesnym ustroju państwowym. Nasz twórca warsztatów szkolnych, Henryk J o r d a n, miał też na myśli przede wszystkim wykrycie talentów wytwórczych i zwrócenie ich na drogę właściwą, t. j. przemysłu, zamiast np. kariery biurokratycznej. Poza temi talentami zresztą, ogół młodzieży zyska na bliższym poznaniu pracy ręcznej i wynikającym stąd szacunku dla warstw, które z niej żyją.

Praca nasza jest w tej mierze dziś o tyle łatwiejsza, że proces demokratyzacji wprowadza do szkół średnich i wyższych coraz większą ilość synów ludu, wnoszących ze sobą własną psychikę, w dużej części zdrowszą od szlacheckiej. Są oni nagość karni, wytrwali, oszczędni, raczej skłonni do materializmu, niż do lekceważenia spraw ekonomicznych (Z. W a s i l e w s k i).

Rodzima twórczość wychowawcza. Od K o n a r s k i e g o i działaczy Komisji Edukacji Narodowej aż po J o r d a n a, S z c z e p a n o w s k i e g o, Z a r z e c k i e g o i tylu innych, nie brakło nam nigdy umysłów, zdolnych do ujęcia zagadnienia wychowania narodowego w sposób w znacznej mierze oryginalny, przykrojony do potrzeb własnego społeczeństwa. Przypatrzmy się, co na tem polu dotąd działośo, oraz jakie pozostają zadania do spełnienia.

Nadewszystko musimy uwolnić się od chorobliwej ambicji, któraby nas kusiła do stworzenia naprędce własnego s y s t e m u g i m n a s t y c z n e g o. Gimnastyka jest działem ćwiczeń cielesnych rozumowanych, opartych w miarę możliwości całkowicie na wskazaniach naukowych. A zatem podobnie jak w innych gałęziach nauki stosowanej (medycyna, pedagogika i t. p.), musi dziś i tu obowiązywać e k l e k t y z m. Czas wielkich systemów, przyjmowanych lub odrzucanych w całości, już dawno minął. Jak starałem się wyłożyć na innym miejscu, z systemów tych pozostały do dziś dnia pewne trwałe z a s a d y. Nadto powstają wciąż mniejsze i większe m e t o d y, obejmujące zwykle tylko część zadania (np. gimnastyki dziecięcej, kobiecej, domowej i t. p.). Eklektyk, który potrafi z tej powodzi form i pomysłów wyłowić i zespolić w harmonijną całość elementy, nadające się dla jego ziomeków, stwarza z nich s y n t e z ę mniej lub więcej szczęśliwą i zasługuje się w ten sposób nieraz lepiej ojczyźnie, niż gdyby silił się na oryginalność za każdą cenę. Taka

synteza polska, oparta głównie na wzorach skandynawskich, jest obecnie jedną z najważniejszych trosk naszych teoretyków i praktyków tego działu. W miarę większego doświadczenia, wchodzi w nią już od jakiegoś czasu pewne momenty oryginalne (np. ćwiczenia w reagowaniu, Sikorski, Poznań).

Oryginalny w znacznej mierze jest pomysł Jordana co do organizacji zabaw i gier ruchowych. Wielkim tedy grzechem trzeba nazwać zaniedbanie jego dzieła przez dzisiejszą generację, która zapatrzona w hucznie reklamowany sport widowiskowy, zapomniała o akcji podstawowej — o dostarczeniu polskiej dżiatwie i młodzieży przestrzeni i kierownictwa dla gier wychowawczych. Także co do twórczości w zakresie gier, nie okazaliśmy poparcia odosobnionym usiłowaniom. Na wspomnianym już kongresie berlińskim, starano się pogrzebać nie tylko polskiego palanta, lecz i polską odmianę piłki nożnej, którą poświęcono znów na rzecz niemieckiego *Handballu*, gry niewątpliwie gorszej, bo zupełnie niepotrzebnie wykluczającej zetknięcie nóg z piłką.

Natomiast świeże wprowadzenie polskiej odznaki sportowej jest triumfem zasady, by kulturę fizyczną narodu normować według jego własnych potrzeb. Pierwowzór, jak wiadomo, powstał w Szwecji przed blisko ćwierćwieczem. Lecz szczególne wymagania minimalnych sprawności fizycznej wszechstronnej i stałej, jakie mają spełnić kandydaci do odznaki, określa sobie każdy kraj niezależnie i poddaje perjodycznej rewizji, stosownie do postępów wyrobienia ogółu. Zaznaczyłem już gdzieś indziej, że ta odznaka winna stać się dla władz państwowych głównym sprawdzianem wydajności pracy nad ogółem młodzieży, zamiast systemu rekordów, do którego wad wkrótce wrócę. Ale podniosłem też konieczność zrobienia dalszego jeszcze kroku: ograniczenia poparcia państwa do sportu bez trybun, sportu, któryby był ćwiczeniem dla mas, a nie widowiskiem. Udowodniłem też, że dla większości zrzeseń przejście na taką pracę racjonalną nie będzie połączone ze szkodą ani dla kasy, ani propagandy. Będą bowiem zabiegały o propagandę istotną, zachęcając do udziału w ćwiczeniach i jednając sobie czynnych członków, którzy zapewnią stałe dochody.

Dalszym hasłem narodowego wychowania fizycznego musi być kierunek utylitarny w sportach, przyczem użyteczność

pojmiemy szeroko, uwzględniając potrzeby kraju w pokoju i w wojnie. Szczupły czas, jaki przy dzisiejszych przeładowanych programach szkolnych poświęcono obowiązkowym ćwiczeniom ciała, nie może być marnowany na elementy wątpliwej wartości. Dlatego zerwaliśmy w szkole i armji polskiej z niemiecką akrobatyką przyrządową w gimnastyce. Uprawiamy tylko te (przeważnie bezprzyrządowe) ćwiczenia zwinności, które, jak dowiedli zwłaszcza Japończycy, mają zastosowanie życiowe w zmniejszaniu ryzyka obrażeń cielesnych przy padaniu. Dlatego też ten prąd utylitaryzacji sięga obecnie dalej i żąda reformy wielu gałęzi sportu. W szeregu tych gałęzi domagamy się zerwania z wyścigami, a przejścia na kierunek turystyczny (wiosłarstwo, kolarstwo, narciarstwo, poczęści i łyżwiarstwo; w pływactwie analogją jest kierunek ratowniczy). W atletyce lekkiej i walkach popieramy *dziu-dzicu* przeciw zapasom, szablę przeciw floretowi czy szpadzie, bieg przeszkodowy urozmaicony zamiast biegu przez płotki, bieg na przełaj, rzut granatem i t. p., zamiast różnych sztucznych lub przestarzałych elementów.

Mamy przytem do zwalczania, prócz nieszczęsnego hasła „sport dla sportu”, któremu przeciwstawiamy *sport dla narodu*, także *pacyfizm*. Trudno nam jednak uwierzyć, by wychowanie naszej młodzieży na obywateli Paneuropy, brzydzących się bronią i nie umiejących jej wziąć do ręki, rozbroiło tych, którzy godzą na całość naszych granic.

Dalszem zapewnieniem samoistnej myśli w tym dziale wychowania jest własna jak najstaranniejsza organizacja *ksztalcenia wychowawców*. Studja wychowania fizycznego w Uniwersytetach: Poznańskim (od r. 1919) i Jagiellońskim w Krakowie (od 1927), oraz bardzo bogato wyposażony Centralny Instytut w. f. na Bielanach pod Warszawą (od 1929) dają w tej mierze coraz lepszą rękojmię. Tem pewniejszą, że są zarazem ogniskami samodzielnych *badan naukowych*, wspierane w tej mierze nadto przez specjalne laboratorja Uniwersytetu Jana Kazimierza (Lwów) i Uniw. Warszawskiego.

Międzynarodowość. W tej dziedzinie narzuca się nam z niebywałym rozmachem międzynarodowość od pewnego czasu w tak złudnej a szkodliwej formie, że trzeba się z nią najpierw rozprawić. Nowoczesny ruch t. z. olimpijski jest tym nieświa-

domym szkodnikiem. Doświadczenie historyczne kilkakrotne z nadmiernem rozbudzeniem emulacji sportowej (Egipt, Indje, Grecja, Rzym, igrzyska średniowieczne), które stale doprowadzało do przesady i specjalizacji, a potem do profesjonalizmu u garstki wykonawców, równocześnie zaś dając zanik ćwiczeń ciała u ogółu, nie było dostatecznym ostrzeżeniem dla znacznych entuzjastów z bar. de Coubertin'em na czele. Ponieważ tym razem rzecz pomyślano na skalę światową, fatalne skutki zjawiły się rychlej i obejmują całą kulę ziemską.

Oto, co mówią świeże wyniki badań szeregu uczonych europejskich przy okazji ostatniej olimpiady (St. Moritz—Amsterdam). Najwyraźniej patologicznym okazał się plon olimpijski w świetle badań rentgenologicznych układu ruchowego (Baetzner, Berlin). Długa serja zmian chronicznych w mięśniach, ścięgnach, stawach i kościach, spowodowanych maksymalnymi wysiłkami u tej elity świata sportowego, dotąd doczekała się ograniczenia tylko co do narciarstwa, gdzie Knoll takich zmian nie spotkał. Co do narządów wewnętrznych (płuca, serce, nerki, narządy krwiotwórcze), rzecz nie jest tak wyraźna. Starłem się ją ująć niedawno w taką ogólną formułę: wysiłki maksymalne powodują często stany leżące na samej granicy fizjologii i patologji; nie wyjaśniono dotąd, czy i o ile częste powtarzanie się takich stanów może prowadzić do zmian chorobowych. Z mniej znanych szczegółów pozwolę sobie przytoczyć wyniki Huntemüllera (Giessen) co do zawartości a leksyn we krwi. Otrzymał on w większości przypadków po wysiłku zmniejszenie tych ciał do $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{3}$, a u narciarzy nawet do $\frac{1}{4}$, trwające często do tygodnia. Zatem poważne i długo-trwałe obniżenie odporności na zakażenia.

Gorsze jeszcze są wyniki w sferze moralnej. Przechodzenie gwiazd sportowych olimpijskich nazajutrz po triumfach w szeregi jawnych zawodowców jest jednym z takich wskaźników. Ale i tam, gdzie jeszcze jawny profesjonalizm za mało popłaca (jak u nas), znać postępy tajnej zarazy na każdym kroku. Demoralizuje ona nietylko młodocianych wykonawców sportu, lecz i widzów. Niedawno domagano się u nas (i jak się zdaje słusznie), by na mecze piłki nożnej zabronić wstępu młodzieży szkolnej, gdyż wywołują u niej niebывałe zdziczenie. Czołowy zaś organ sportowy „Stadjon“ świeżo stwierdził w ar-

tykule wstępny, że nietylko piłka nożna, ale sport widowiskowy wogóle stał się źródłem deprawacji szerokich kół.

Półśrodki tu nic nie pomogą. Trzeba zerwać z nieszczęsną zasadą podziwiania i nagradzania maksymalnych wysiłków, które, mimo błyszczące pozory, dają nam fizycznych i moralnych kaleków. A do tego celu prowadzi tylko wycofanie się ze szkodliwej pogoni za laurami olimpijskimi i włożenie całego w ten sposób zaoszczędzonego zasobu energii i środków materialnych w pogłębienie pracy u podstaw — istotnego wychowania fizycznego mas narodu. Na forum zaś międzynarodowe wyjdźmy z czemś innym: z pokazem metod i wyników wychowawczych. Trzeba więc wskrziesić przedwojenne Kongresy międzynarodowe higieny szkolnej i wychowania fizycznego i tam demonstrować statystyki, aparaty, filmy ćwiczebne (które dziś winny zastąpić kosztowne i demoralizujące podróże grup młodzieży dla popisu) i t. p.

Podobnie też wyobrażam sobie szlachetną rywalizację narodów słowiańskich na danem polu. Nie fizycznie i moralnie zbankrutowana zasada mistrzostw i rekordów wyjątkowych jednostek, lecz udoskonalenie zdrowotne i duchowe ogółu młodych pokoleń winno tu stanowić podstawę porównań. Ze Zjazdów lekarzy słowiańskich, tak szczęśliwie zapoczątkowanych, należy wyłonić słowiańskie Kongresy wychowania fizycznego, dla których Złoty sokole słowiańskie stanowiły tak pożądane przygotowanie.

Literatura. W. Baetzner. Sportschäden am Bewegungsapparat. Berlin 1927. — Idem, „Leibesübungen“ 1929. — E. Barker. National-character and the factors in its formation. London 1927. — F. J. J. Buytendijk i i. Ergebnisse d. sportärztl. Unters. b. d. IX. Olympischen Spielen etc. Berlin 1929. — L. Bykowski. Badania eksper. nad znaczeniem współzawodnictwa. Warszawa 1923. — J. Ciemniński. Poznanie i kształcenie charakteru. Wyd. 2, Poznań 1926 (2 t.). — J. Czekanowski, Tow. Przyj. Nauk, Poznań 1921. — R. Dmowski. Myśli nowoczesnego Polaka. Wyd. 3, Lwów 1907. — F. N. Freeman. How children learn. London 1917. — W. Gądzikiewicz. „Zdrowie“ 1926. — W. Knoll i i. Die sportärztl. Ergebnisse d. II. olymp. Winterspiele etc. Bern 1929. — E. Kretschmer. Körperbau u. Charakter. 5—6. Aufl. Berlin 1926. — J. Mydlarski, „Kosmos“ 1925. — S. P. Orlov. Hry a pisně děti slovanských. Praha 1928. — E. Piasecki. Dzieje wychowania fizycznego. Wyd. 2, Lwów 1929. — Idem. Zabawy i gry ruchowe etc. Wyd. 3, Lwów 1922. — Idem. Zarys teorii wychowania fizycznego (2 t., w druku). Lwów 1931. — E. Romer. Polska, ziemia i państwo. Kraków 1917. — W. Sikorski. Gimnastyka (2 t.). Lwów 1930. — K. Stojanowski. Rasowe podstawy eugeniki. Poznań 1927. — Idem, szereg art. w „Wychowaniu Fizycznym“ od 1926 r.

— St. Szczepanowski. Aforyzmy o wychowaniu. Wyd. zbior. t. I, Lwów 1923. — K. Tymieniecki. Cechy moralne narodu jako wynik historii. Poznań 1926. — Z. Wasilewski. „Myśl Narodowa” 1927. — L. Zarzecki. Wychowanie narodowe. Warszawa 1926.

Dr. P. Klamrzyński,
lek. pow., Błonie.

Stan zdrowia poborowych powiatu błońskiego.

W maju r. b. wraz z lekarzem wojskowym dokonaliśmy na komisjach poborowych przeglądu przeszło 1600 poborowych, co stanowi mniej więcej około 1% ludności powiatu. Wprawdzie liczba ta obejmuje roczniki 1909, 1908 i 1907 t. j. młodzież 21, 22 i 23-letnią, jednak najbardziej interesował mnie rocznik 1909 (młodzież 21-letnia, stająca po raz pierwszy), reprezentujący najdokładniej ludność powiatu pod względem stanu zdrowia i rozwoju fizycznego i wynoszący nieco mniejszą liczbę, mianowicie 1330. Aczkolwiek bardzo byłyby ciekawe spostrzeżenia co do rozwoju fizycznego tej młodzieży, przynależności rasowej oraz dane antropologiczne nie tylko z punktu widzenia czysto teoretycznego, lecz również ze względu na niewątpliwie istniejący ścisły związek pomiędzy temi rzeczami a temperamentem, charakterem, rozwojem umysłowym, wrażliwością na rywalizację, sprawnością fizyczną, wreszcie mniejszą lub większą zdolność do wojska, to jednak wymagałoby dodatkowych pomiarów oraz dłuższego zatrzymania się nad każdym osobnikiem, na co nie było czasu; ograniczyłem się więc jedynie do stwierdzenia stanu zdrowia i budowy, nie tracąc nadziei, że w przyszłości będę mógł stopniowo zająć się i tamtymi zagadnieniami.

Na pierwszy rzut oka zdawaćby się mogło, że stan zdrowia naszej młodzieży poborowej, pochodzącej przeważnie ze wsi, pracującej na roli, silnej i młodej, nie powinienby nic pozostawiać do życzenia; tymczasem, gdy bliżej jej się przyjrzymy, to musimy stwierdzić, że stan rzeczy jest wprost zatrważający. Dać o tem należyte pojęcie mogą tylko dane liczbowe.

Otóż na podstawie tych danych procent poborowych zdolnych do służby wojskowej (kategoria A) wynosi 50,5%; druga połowa (wszystkie inne kategorie) poborowych została zdyskwalifikowana przez komisję z powodu tych lub innych chorób. Ale

i wśród tej pierwszej połowy (zdalnych do służby czynnej z bronią) niemało okazało się młodzieży dotkniętej najrozmaitszymi cierpieniami tylko w łagodniejszej formie lub w stopniu nie przeszkadzającym jej odbyć powinność wojskową; zupełnie zaś zdrowych, którzy otrzymali kategorię A bez żadnych zastrzeżeń, bez żadnego dodatkowego paragrafu, była zaledwie $\frac{1}{3}$ część (34,2%) wszystkich poborowych.

Najniebezpieczniejszą chorobą, dyskwalifikującą młodzież poborową do służby wojskowej, są zmiany w płucach o charakterze specyficznym. Liczba poborowych z gruźlicą płuc jest bardzo duża, albowiem stanowi 24,1% wszystkich poborowych; mowa oczywiście o gruźlicy nieczynnej, to znaczy są zmiany w szczytach (zagęszczenia), badany jednak nie jest dla otoczenia niebezpieczny, chociaż przy sprzyjających warunkach proces łatwo może się zaostrzyć. Jeżeli do tych 24,1% z gruźlicą płuc dodać 3,6% z gruźlicą kości, to ogólna liczba chorych na gruźlicę, ewentualnie wrażliwych na nią, wyniesie 27,7% wszystkich poborowych.

Najgorzej po gruźlicy przedstawiają się mniejsze lub większe zmiany w układzie kostnym, jako pozostałości po przebytej w dzieciństwie chorobie angielskiej, a więc nogi koślawe, szpotawe, stopy płaskie, zniekształcenia klatki piersiowej i t. p.; takich stwierdzono 10,8% wszystkich poborowych.

Chorych na serce okazało się stosunkowo niewiele — 3,4%, na oko lub ucho — 8,7%, niedorozwiniętych fizycznie — 7,8%, wreszcie u pozostałych (około 7%) skonstatowano żylaki, przepukliny, blizny, zmiany w jądrach, choroby skórne, psychiczne lub nerwowe. Jaglicę zauważono u 6-ciu (0,4%).

W świetle tych cyfr nasuwają się myśli, któreby można ująć w dwa podstawowe a ściśle łączące się ze sobą zagadnienia: I) Z jakim elementem mamy do czynienia na komisjach poborowych pod względem stanu zdrowia i jaki wpływ na zdrowie wyrzucić może służba w wojsku? II) Jaki jest stan zdrowia całej ludności powiatu, której zdrowie to — należy przypuszczać — najlepiej odzwierciedla się w młodzieży poborowej mimo, że stanowi ona znikomy odsetek ludności (około 1%).

Ad punkt I). Ażeby mieć należyte pojęcie o poborowych do powyższego, stwierdzającego b. wysoki wśród nich procent chorobowości, należy dodać, że 238 poborowych t. j. 17,8% oka-

zało się niedorozwiniętych fizycznie wskutek złej budowy ciała, określonej za pomocą pomiarów, gdzie ciężar ciała i obwód klatki piersiowej w stosunku do wzrostu nie odpowiadały pewnym minimalnym normom, podanym w tabeli orientacyjnej I instruk. do San. 5/30. Nie wdając się w ocenę słuszności i znaczenia tej tabeli przyznać jednak trzeba, że procent niedorozwiniętych fizycznie jest w rzeczy samej o wiele wyższy od owych 17,8%. Albowiem na 44 pozycjach tabeli wzrostu (od 150 cm do 194) zaledwie w pięciu przypadkach obwód klatki piersiowej jest równy połowie wzrostu lub nieco większy; wszędzie poza tem jest on mniejszy niż połowa wzrostu, wbrew wymaganiom antropometrycznym, które ustaliły, że w 20-ym roku obwód kl. piersiowej powinien być równym połowie wzrostu, a w następnych latach nawet przewyższać tę połowę o ile wskaźniki czy to Martina, czy Vervaecka, czy Marty'ego i Pirqueta, lub też współczynnik rozwoju Pigneta i Mayeta mają odpowiadać ustalonym normom. Również i waga, podana w tabeli orientacyjnej jest tak niska, że w żadnej pozycji wzrostu ciężar ciała nie będzie odpowiadał normom ustalonym bądź formułą Brugscha, bądź wskaźnikiem Pirqueta.

Z faktu więc, że chociaż żaden z tych 17,8% niedorozwiniętych, nieodpowiadających minimalnym normom nie otrzymał kategorii A jako rażąco słaby, nie wynika, że pewien i to być może dość znaczny procent słabo rozwiniętych fizycznie nie będzie musiał odbywać służby wojskowej. Natomiast wiemy dokładnie, że 16,3% poborowych ($50,5 - 34,2 = 16,3$) otrzymało kategorię A mimo, że zostały u nich stwierdzone te lub inne cierpienia, z których zmiany w płucach są najliczniejsze i najgroźniejsze.

Nie trudno dowieść, że taki stan rzeczy prędzej czy później odbije się na zdrowiu tych słabszych: każda praca czy zawód wymaga prócz zdolności jeszcze zamięłowania, nic więc dziwnego, że ciężka służba wojskowa nie dla wszystkich jednakowo interesująca, więcej męczy i wyczerpuje organizm a tem samem źle odbija się na zdrowiu tych, którzy są słabsi i zmuszeni są wykonywać wszystkie czynności związane ze służbą wojskową bez żadnego do niej zamięłowania. Nasuwa się więc pytanie, czy nie byłoby wskazaniem większy nieco niż dotychczas położyć nacisk na jakość żołnierza a nie na ilość i to nietylko ze

względów militarnych lecz również i ekonomicznych (wydajność pracy jednostek słabszych jest znacznie zmniejszona).

Ad punkt II). Na komisję poborową stało się około 2000 osób (liczba ta wzrosła na skutek doliczenia ekspertyz oraz późniejszych komisji poborowych każdego miesiąca), umyślnie jednak wykluczyłem ze swych obliczeń prawie trzecią część poborowych, roczników starszych, jeden lub dwa razy odraczanych, a więc słabowitych lub niedorozwiniętych, ażeby mieć element po raz pierwszy stający do poboru, a zatem najlepiej reprezentujący ogół ludności powiatu błońskiego. Dało mi to możność stwierdzić z jednej strony częstość różnych wad fizycznych i cierpień wśród tej ludności, z drugiej strony zaś zauważyć, że w pewnych gminach stan zdrowia poborowych jest znacznie lepszy aniżeli w innych. Stwierdzenie zaś faktu istnienia ludności, odcinającej się pod względem zdrowia lub rozwoju fizycznego od gmin sąsiednich, jest niezmiernie ważnym dla lekarza powiatowego, albowiem zmusza go do poznania przyczyn takiego stanu rzeczy i do wysiłku, mającego na celu usunięcie wszystkich tych czynników, które mogą wywrzeć wpływ ujemny na zdrowie lub rozwój fizyczny. Aczkolwiek nie wszystkie te czynniki dadzą się uchwycić, to jedno wszakże nie ulega wątpliwości, że w poszczególnych częściach powiatu muszą być jakieś różnice pod względem ekonomicznym, geologicznym i sanitarnym. Najważniejsze z nich dane dla poszczególnych gmin wyrażone procentowo przedstawiają się następująco:

Gmina ew. miasto	kat. A	zdrowi zupełnie	gruźlica	ślady po chorob. angielsk.	budowa zła	budżet w tysiąc.	stosunek % wydziału zdrowia publ. do budżetu ogólnego.	część gminy za- lesiona	gleba
1. Brwinów	51,4 ⁰ / ₁₀₀	28,5 ⁰ / ₁₀₀	34,2 ⁰ / ₁₀₀	11,4 ⁰ / ₁₀₀	21,6 ⁰ / ₁₀₀	91	5,5 ⁰ / ₁₀₀	0	wilgotna
2. Grodzisk	50,7	42,0	26,8	16,4	10,6	51	0,85	¹ / ₁₀₀	piaszczysto- gliniasta
m. Grodzisk	61,5	34,3	18,3	14,7	15,8	501	—		
3. Guzów	68,0	51,1	23,4	4,2	13,0	50	0,7	¹ / ₆	piaszczysta najbardziej na zachód
4. Helenów	56,9	30,7	29,0	15,3	12,1	55	0,85	¹ / ₂₀	wilgotna
5. Kaski	49,3	33,7	27,2	11,7	13,8	43	0,65	¹ / ₈₀₀	piaszczysta w pobliżu to- toru kolej.

6. Młochów	45,7	28,0	35,5	12,1	20,5	64	0,8	$\frac{1}{10}$	podmokła, sapowata
7. Milanówek	58,0	41,9	19,3	6,4	18,7	119	0,6	$\frac{1}{4}$	piaszczysta, sucha, lesist.
8. Pass	56,0	44,0	26,0	6,0	10,2	50		$\frac{1}{1000}$	czarnoziem.
9. m. Błonie	47,8	28,9	26,0	7,2	20,0	314			
10. Piekary	51,6	31,6	30,0	5,0	11,6	38	0,9	$\frac{1}{10}$	gruboziarni- sta (sucha)
11. Radzików	47,1	29,2	32,0	15,0	17,4	121	1,0	$\frac{1}{8}$	piaszczyste bielice
12. Radziejowice	58,4	33,3	20,7	11,1	10,9	51	0,6	$\frac{1}{8}$	gruboziarni- sta (sucha)
3. m. Mszczonów	34,4	20,6	31,0	17,2	25,4	147			
14. Skuły	52,2	45,4	27,2	2,2	13,5	43	1,0	$\frac{1}{10}$	gdzienieg- dzie tylko wilgotna
15. Wiskitki	43,3	33,3	20,0	3,0	17,2	44	2,0	0	wilgotna
16. Żyrardów	40,6	31,2	21,8	18,7	15,6	23	1,5	$\frac{1}{2}$	wilgotna
m. Żyrardów	44,3	30,5	29,3	6,5	26,7	680			

Z danych tych wynika, że ludność z różnych gmin różni się bardzo pod względem zdrowia i rozwoju fizycznego.

Różnica co do zdadności do wojska najbardziej uwydatnia się w świetle tych zestawień, jeżeli pod słowem zdadny rozumieć nie tych poborowych, którzy otrzymali kategorię A, lecz tych z nich, którzy są zupełnie zdrowi t. j. otrzymali tę kategorię bez żadnego dodatkowego paragrafu. Przedewszystkiem różnica ta występuje zupełnie wyraźnie, zwłaszcza jeżeli dane te przedstawić w postaci krzywych korelacji pomiędzy zdrowiem i budową ludności miejskiej i wiejskiej. Najbardziej zdadnego elementu dostarczają gminy wiejskie a zwłaszcza w centrum i w zachodniej części powiatu, natomiast gminy, które półkolem otaczają powiat od strony wschodniej, dały duży odsetek chorych na gruźlicę, dużo zniekształceń w systemie kostnym jako pozostałości po przebytej w dzieciństwie chorobie angielskiej. Już sam fakt, że np. w Milanówku, znajdującym się w środkowej części powiatu, okazało się najmniej poborowych, u których stwierdzono zmiany w płucach a w sąsiednim (lecz położonym bardziej na wschód) Brwinowie okazało się ich najwięcej, wskazuje na to, że pomiędzy poszczególnymi częściami powiatu muszą istnieć ogromne różnice warunków ekonomicznych, w jakich się ludność znajduje, możliwie także sanitarnych a niewątpliwie przyrodzonych. Trzeba więc było wobec tego

zaznajomić się ze wszystkimi temi warunkami powiatu a zwłaszcza z danymi geologicznymi.

Powiat Błoński jest równiną stosunkowo bardzo niską, bo mającą zaledwie 50 do 100 metrów nad poziomem morza. Równina ta ma bardzo nieznaczny spadek ku północy, który wynosi 1 metr na 1100 metrów. Miejsce to w okresie dyluwialnym, w okresie silnych mrozów (przeszło pół miliona lat temu) było łożyskiem Wisły. Z biegiem czasu, może naskutek obniżenia się wybrzeża bałtyckiego, Wisła przesuwała się do obecnego łożyska, unosząc ze sobą części gruntu drobniejsze, pozostawiając na swej drodze piasek, żwir i kamienie drobniejsze w środkowej części powiatu, większe w południowej. To też w południowych gminach powiatu gleba jest gruboziarnista, uboższa w wapno i inne składniki chemiczne, które przesuwane się wody wypływały i uniosły na północ, gdzie gleba jest drobnoziarnista, zawiera prócz wapna fosfor, miejscami potas, azot, co czyni ją bardzo urodzajną. Pozostałe gdzieniegdzie pola piaszczyste w postaci wysepki gruntów piaszczystych warstwą niejednorodnej grubości przykrywają glinę lodowcową. W kilku miejscach wysepki te noszą nazwę ławic; stanowiły one niegdyś brzegi Wisły i w miarę tego jak łożysko Wisły posuwało się ku północy, w dawnym łożysku pozostawały rzeczki i strumienie dziś bardzo liczne w powiecie. Największe z nich są Utrata i Pisia; pierwsza przechodzi przez wschodnie gminy powiatu, druga przez zachodnie; w środkowej części powiatu bardzo liczne strumienie wpadają częściowo do jednej, częściowo do drugiej rzeczki. Rzeczki te nie są uregulowane i wobec tego w dużej mierze przyczyniają się do nadmiernej wilgoci. Jeszcze bardziej podtrzymuje tę wilgoć następująca okoliczność: aczkolwiek tak gleba, o której już wyżej była mowa, jak i podglebie (głina margłowa) są przepuszczalne dla wody, to jednak niemal zawsze nasycone są wilgocią, a to dzięki bardzo małemu spadkowi, wskutek czego wody zaskórne bardzo wolno spływają i od dołu nasycają glebę wilgocią. Warstwa nieprzepuszczalna znajduje się na głębokości 8-miu metrów pod powierzchnią, na niej woda zaskórna zatrzymuje się i posuwa się bardzo powoli.

Wszystko to sprawia, że w powiecie Błońskim bardzo jest mało miejscowości zdrowych jak np. Milanówek (zalesiona wy-

sepka piaszczysta); nieco gorsze już są gminy Grodzisk, Skuły, Radziejowice oraz Guzów (najbardziej zachodnia); odsetek skłonnych do gruźlicy jest tu nieco mniejszy, niż w innych gminach. Najgorsze są te gminy, przez które przechodzą Utrata i Pisia; dały one duży procent rozmaitych pozostałości po przebytej w dzieciństwie chorobie angielskiej oraz stosunkowo najwięcej poborowych niedorozwiniętych fizycznie, lub też ze złą budową ciała.

Pod względem sanitarnym i ekonomicznym niema tak wielkich różnic w różnych częściach powiatu jakie istnieją w warunkach przyrodzonych, a tam gdzie są, to tylko pomiędzy wsią i miastem. Ilość zabrukowanych jezdni w osadach wynosi 25%, w miastach — 60%; zadrzewionych jezdni jest tam 4%, w miastach 10%. Odwrotnie jest ze studniami, których ilość w stosunku do domów mieszkalnych wynosi we wsi 90%, w mieście — 50%. Mało jednak gdzie studnie te dobrze są zbudowane, a nigdzie prawie woda nie nadaje się do picia bez uprzedniego przegotowania. Nielepiej jest z ustępami, które nie są w dostatecznej ilości i najczęściej nienależycie są postawione.

W ciągu zaledwie kilkumiesięcznej pracy w powiecie za mało jeszcze zetknąłem się z tutejszą ludnością, żeby poznać warunki mieszkalne, w jakich się ta ludność znajduje, stosunek jej do wymagań higieny indywidualnej (sposób odżywiania, czystość osobista i otoczenia, tryb życia i t. d.) przyzwyczajenia, nałogi i t. p., a przecież nie ulega kwestji, że rzeczy te są bardzo ważne przez wpływ, jaki bezsprzecznie wywierają na rozwój fizyczny, budowę ciała, stan zdrowia, odporność na choroby.

W dużym stopniu na przeszkodzie do urzeczywistnienia zamierzeń mających na celu poprawę tego o czem była mowa, stoją względy materialne. Przemysł słabo jest rozwinięty: poza kilkoma cukrowniami (3), młynami, tartakami i cegielniami, rozrzuconemi po powiecie, większość zakładów przemysłowych koncentruje się w Grodzisku i Żyrardowie, lecz i te pracują z przerwami. W powiecie jest 11 większych własności ziemskich, których obszar stopniowo wskutek parcelacji zmniejsza się. Prócz gminy Pass, gdzie ludność jest zamożniejsza (czarnoziem), prawie wszędzie ludność jest małorolna, zubożała. Budżet gmin poza Milanówkiem i Brwinowem waha się od 5 do 8 zł. na mieszkańca. Jeżeli samorząd ziemski w Rosji przedwo-

jennej na medycynę wyznaczał około 30% budżetu, to u nas procent ten jest śmiesznie mały, albowiem tylko gdzieniegdzie wynosi 1 lub 2% (w Brwinowie 5,5), w większości zaś gmin stanowi 0,6—0,8% budżetu i to przeważnie na wychowanie fizyczne. Nic więc dziwnego, że są gminy, które nie mają żadnej pomocy lekarskiej, nie mają nawet położnej (gm. Piekary), a tylko 40% szkół powszechnych mają opiekę lekarską (2-u lekarzy rejonowych zamiast conajmniej 5-ciu), reszta zaś młodzieży szkolnej zupełnie jest pozbawiona nie tylko opieki lekarskiej, ale i kontroli nad rozwojem fizycznym.

Poprawa warunków sanitarnych, ekonomicznych i przyrodzonych (regulacja rzek) przyczyniłaby się wydatnie do podniesienia stanu zdrowia ludności, zapewniłaby prawidłowy rozwój młodzieży szkolnej, zwiększyłaby odporność na choroby zakaźne, a zwłaszcza na gruźlicę; a ponieważ stan zdrowia i rozwój fizyczny poborowych jest wyrazem zdrowia całej ludności powiatu i nietrudno przewidzieć, że liczba poborowych zdolnych do służby wojskowej bez żadnych zastrzeżeń znacznie się wówczas powiększyła.

Z ORGANIZACJI I METODYKI WYCHOWAWCZEJ.

Elli Björkstén.

Forma i treść w nauczaniu gimnastyki.

Referat wygłoszony na międzynarodowym Kongresie gimnastycznym
w Sztokholmie 1930 r.

(Tłumaczył Jan Lechowski, Warszawa.)

W naszych czasach, gdy wszystko przemija i w większości dziedzinach życia zda się być ujmowane z czysto materialnego punktu widzenia, niebezpieczeństwo grozi również i ćwiczeniom cielesnym w obniżeniu ich wartości.

Leży ono w tem, że pragnie się w przeróżny sposób uzyskać jedynie to czyste fizyczne zadanie treningu, wymaganej sprawności i t. d., te techniczne pomoce dla uzyskania dobrych rezultatów z punktu widzenia cielesnego, zapominając w międzyczasie o równie ważnych, a właściwiej mówiąc o ważniejszych zadaniach: o psychofizycznym znaczeniu i wartości ćwiczeń. Wymagań, jakie stawiamy ćwiczeniom, nie powinniśmy ograniczać, lecz przeciwnie należałoby dążyć przez odpowiednie

stosowanie do ich uszlachetnienia, tak, aby nie tylko zyskiwało samo ciało, lecz aby również ożywiała się strona duchowa.

Ta ostatnia jest szczególnie w czasach obecnych zaniedbana. W większości ćwiczenia cielesne wykonuje się mechanicznie i ruchy są ruchami maszyny. Żywotny wpływ najszych centrów duchowych w ćwiczeniach cielesnych bywa zupełnie zaniedbany.

Jasnym jest, że ruchu fizycznego bez oddziaływania ducha właściwie niema. Wielkie pożądanie ruchów pełnych życia jest nam dobrze znane i tego nie trzeba przedstawiać. Lecz wielką jest różnica pomiędzy takim nauczaniem, w którym uzyskuje się tylko przyjemne uczucia — fizjologiczne, zdrowotność — u ćwiczących, a takim, gdzie prowadzi się do intensywnego i świadomego działania zarówno cielesnych jak duchowych właściwości. I takie nauczanie jest zbyt wartościowe, by można je było pominąć. Gdy w pierwszym wypadku kwestja dotyczy przedewszystkiem materji, to w drugim — całości człowieka.

Wierzę, że wszyscy zgodzimy się, iż całość człowieka zawsze stać będzie przed nami jako cel, jakkolwiek dostatecznie nie zbadaliśmy przyczyn wszechstronności ćwiczeń gimnastycznych.

W tem wyjaśnieniu zadaniem nauki gimnastyki nie będzie jedynie dobieranie i stosowanie odpowiednio *prostych, zdrowych i naturalnych ruchów*, lecz również i to, że każdy z tych fizycznych impulsów ruchu, będzie wywoływał odpowiedni impuls w życiu duchowym, sublimując się do wyższych duchowych wartości.

Wyćwiczenie aparatury nerwo-mięśniowej do doskonalszej reakcji przy rozwiązywaniu różnych zadań pracy, jest nadzwyczajnie ważne. Przez ćwiczenia gimnastyczne możemy dać właśnie taki trening, aby tylko niezbędną ilość wysiłku i pracy wkładać dla wykonania pewnych ruchów. Za pomocą praktycznych przykładów winniśmy umożliwić ćwiczącym poznanie różnicy w stopniu napięcia np. pomiędzy lekko i dobrze wykonanym wymachem nogi czy ramienia w różnych kierunkach, a wymachem niezdarnym i ciężkim.

Doświadczenie. Przez kilka praktycznych przykładów pragnę wykazać różnice między sposobem nauczania, który mechanizuje ruchy, a gimnastyką, która wykazuje, że w wykonywanych fizycznych ruchach leżą jeszcze inne momenty rozleglejszej natury i wartości.

Postawimy sobie zadanie, aby prawą ręką w krótkich ruchach znaczyć:

a) linje proste tak w ruchach poziomych jak pionowych,

b) linje łukowate, półłuki i koła,

c) punkty.

Zaznaczam, że te właśnie przykłady można traktować jako zasadnicze typy dla wszystkich ruchów, które zachodzą w gimnastyce, a wzięwszy ogólnie, jakie ciało ludzkie jest zdolne wykonać.

Przy każdym przykładzie przedstawię zarówno to mechaniczne wykonanie, jak i to, gdzie ruch wyzwała duchowy impuls.

Proszę mych słuchaczy, by przy wykonywaniu ruchów wyróżniali wyżej zaznaczone różnice, gdyż treść zależna jest w zupełności od zdolności prowadzącego, który przy pomocy swego głosu ożywi i uzyska to — co pragnie.

Zacisnąć prawą dłoń bez uczucia sztywności i złożyć kciuk lekko na grzbiecie wskazującego i średniego palca

przykład a) linja prosta.

Kreśl, prowadząc dłoń w przód w płaszczyźnie strzałkowej i zpowrotem do punktu wyjściowego w równych rytmicznych ruchach bez jakiegoś szczególnego akcentowania, w którejsz części drogi. Liczę przytem bez akcentowania. Raz — dwa, raz — dwa. — —

Czyn teraz ten sam ruch, lecz intensywnie akcentując go w jednej z jego części, w tym wypadku w ruchu wprzód, podczas gdy powrót jest nieakcentowany. *Raz — dwa, raz — dwa.* A teraz zrobimy to samo z akcentowaniem na *dwa*.

Inny mały przykład. Wznies przedramię wzwyż, by część ramieniowa ręki tworzyła mały kąt z przedramieniem, wewnętrzną część dłoni zwrócona ku przodowi. W tej postawie zginaj dłoń wprzód i tył w równych nieakcentowanych ruchach. Towarzysz uważnie liczeniu: *Raz — dwa, raz — dwa, — — —* A teraz to samo z tak intensywnym akcentowaniem, by na raz, dłoń, że tak powiem, jakby sama z siebie odskoczyła zpowrotem wtył w to samo tempo. *Raz! raz! raz!* — — — I wkońcu, ruch w dwóch tempach z silnem zaznaczeniem zarówno na raz jak i na dwa.

Przykład b) półkoła (łuki) koła.

Zaznacz podobnie jak w poprzednim przykładzie dłonią luźno w pięść zwiniętą półkole nieakcentowane wypukłą stroną ku dołowi. Ruch odbywa się wyłącznie w stawie nadgarstkowym na „raz” kreśląc łuk z lewej ku prawej stronie, na „dwa” z powrotem w kierunku przeciwnym. *I raz i dwa i raz i dwa* — a teraz to samo z krótkim intensywnym momentem w chwili wykonywania łuku. *I raz i dwa.* W tym błyskawicznym momencie ruchu, podąża ręka, można powiedzieć, sama z siebie aż do końca drogi ruchu.

Zacnijmy teraz półkole grzbietem do góry. W tym wypadku ułatwimy demonstrację, przykładu, jeśli łuk uczynimy

znacznie większy niż przedtem, przyczem towarzyszyć będzie ćwiczeniu nie tylko ruch w stawie nadgarstka, lecz również w innych aż do stawu barkowego włącznie. Kreśl zatem równe i całkowite półkole, bez akcentowania, od lewej ku prawej stronie i z powrotem ku lewej. „*I raz i dwa*“. I to samo z akcentowaniem końcowej części łuku, a raczej w jej punkcie końcowym. *I raz i dwa i raz i dwa*. — — —

Przykład c) punkt.

Skupiamy dłoń całkowicie i w zupełnie luźnym stawie nadgarstka wykonujemy małe nieakcentowane ruchy wprzód, podobne tym, jakie robimy przy stawianiu znaków rozdzielczych. *Raz, raz, raz...* A teraz to samo z krótkim momentem energii, który możemy porównać z tym, jaki wykonujemy w momencie rzutu. Bezpośrednio po rzucie rozluźniamy staw nadgarstka i ręka odskakuje z powrotem do punktu początkowego. Ruch będzie podobny ruchowi, który często widzimy u ptaków wydzielających nasienie — „*raz*“ to jest dziobanie akcentowane.

Przypuszczam, że szanowni słuchacze przynajmniej w pewnym stopniu mogli rozeznąć różnice pomiędzy temi mechanicznymi, a pełnymi życia ruchami. W czasie wykonywania tych nieakcentowanych różnych ruchów, zaznacza się również i podobne uczucie wśród nas, które prowadzi do całkowitej tępości umysłowej, jeśli będziemy powtarzali te ćwiczenia przez czas odpowiednio dłuższy, przeciwnie zaś w drugim wypadku, gdzie ruch w jednej z jego części będziemy silniej akcentowali, wkładając weń momenty fizycznej energii, uzyskamy równocześnie spontanicznie występującą stymulację duchową. Ćwiczący podświadomie rozwija swe zainteresowanie w momencie przebiegu energii i to jest to, co jest nam potrzebne w celu wywołania tej duchowej podniety.

Niebezpieczeństwo w wykonywaniu maszynowem ćwiczeń jest dwojakiego rodzaju: ruchy działają usypiająco i wywołują uczucie tępoty, lub rozbudzają brutalność.

W pierwszym wypadku przy ćwiczeniach gnuśność stopniowo przenosi się z jednej części na inne części ciała oraz podobnie i na pole działań duchowych. W wypadku drugim często działa radośnie i wywołuje, że tak się wyrażę, uczucia brutalnej ochoty do walki. W obu wypadkach zatem znikają, czynniki uszlachetniające umysł i duszę, a które tak pragnęlibyśmy wykorzystać w fizycznym wychowaniu.

(Dokończenie nastąpi.)

Władysław Czarniecki.

Osnowa lekcyjna V grupy Wyższego Kursu Nauczycielskiego w Poznaniu.

Ryciny wzięte z podręcznika p. t. „Gimnastyka”,
W. Sikorskiego, cz. II.

Rodzaj ćwiczeń:

Wyjaśnienie.

I.

1. Dwuszereg, przywitanie marsz ze śpiewem.

Szybka zbiórka, równanie, ukłon, marsz ze śpiewem: „Tam na błoniu...”

2. Ćwicz. kroku:

a) podawanie piłki w marszu i biegu.

W dwurzędzie marsz i bieg, podawanie piłki rzutem, następnie zmiana miejsc. Z braku dostatecznej ilości piłek można jedną piłkę podawać w kole.

Cel — koordynacja rzutu z marszem i biegiem, oraz zdolność chwytu piłki w marszu i biegu.

b) Po 3-im kroku podskoki w miejscu z naznaczeniem kierunku wprzód i w bok naprzemian.

Marsz normalny, po 3-im kroku stanąć, noga zakroczna odrazu zaznacza kierunek wprzód i w bok oraz rozpoczyna krok.

Cel — pewność kroku, oraz doskonalenie ruchu kończyn dolnych pod względem kierunku.

c) Marsz z podwójnym naznaczeniem kroku.

Wykonać pewnie, pierwsze dwa zaznaczenia mocno, przenosić równomiernie środek ciężkości tułowia do przodu, podczas zaznaczania zwrócić uwagę na lekkie a zarazem sprężyste uderzenie końcem stopy (palcami).

3. Kolumna ćwiczebna.

a) R. R. skurcz i zaznaczenie z pośrednim skurczem nogi wszystkie kierunki główne z wyprostem R. R. i skrętem głowy (ryc. 1).

Zwrócić uwagę na dokładność skurczu ramion. Przecwiczyć i opanować kierunek zaznaczenia z postawy zasadniczej, przejść do podskoków, początkowo tempo wolne.

Cel — ćwiczenia ramion, koordynacja z nogami.

b) To samo z podskokami na nodze postawnej.

4. Z ćw. 3 przejść do przysiadu podpartego i do postawy.

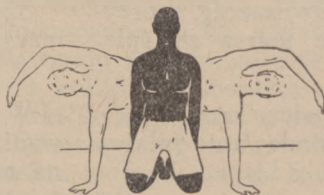
5. Rozkłąk w bok opadny, podpór jedno- rącz i skłony w bok z wymachem ramienia bo- kiem wzwyż naprzemian (ryc. 2).



Rys. 1.

Przysiad podparty i szybki powrót do postawy. Powtórzyć ćwiczenie 3 do 4 razy.

Do kłęk przejść z przysiadu, skłony wykonać w płaszczyźnie czołowej bez przyruchów, ramię po wymachu lekko ugięte.



Rys. 2.

6. Leżenie tyłem, chwyt karku, wznos nóg i rytmiczne skurcze nóg naprzemian (ryc. 3).

7. Z ćw. 6. siad płaski, głęboki skłon wprzód ramiona wprzód, przejść do leżenia tyłem ramiona przodem wzwyż, no- gi powyż (ryc. 4).

Podczas wznosu nogi proste, pod- czas skurczu jedna się kurczy, a rów- nocześnie druga się prostuje.

Przy skłonie wprzód nogi w kola- nach proste, głową starać się do- tknąć kolan, ruch ciągły. Lędźwie przylegają do podstawy.



Rys. 3.



Rys. 4.



Rys. 5.

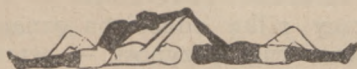
8. Skoki zajęcze (ryc. 5).

Nauczyć wprzód skoków na ręce t. j. z przysiadu oderwanie nóg od podstawy i przenos całego ciężaru ciała na ręce (musi być moment gdy całe ciało znajduje się w powietrzu), wreszcie z przysiadu daleki skok na ręce, nogi w poziomie i wyprostowane.

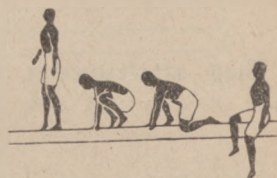
II.

1. Dwójkami leżenie tyłem o nogach skurczonych, wsparcie rękami i uwypuklanie klatki piersiowej naprzemian z wyprostem nóg (ryc. 6).

2. Przejście równoważne z podporu na tramie odwróconym w wysok. 120 cm (ryc. 7).



Rys. 6.



Rys. 7.

3. Wymyk z podchwytu (ryc. 8).



Rys. 8.

4. Gra — rybak.

5. Przerzuty boczne z rozkroku naprzemian (ryc. 9).

Leżenie dwójkami w takiej odległości, by dłonie współwiczającego dotykały barków. Chwył za dłonie i pomoc w dźwignięciu tułowia współwiczającego. Nadgarstek równocześnie z uwypukleniem dźwignąć do góry, nogi wyprostować, głowa ma położenie normalne, broda ściągnięta. Po powrocie do leżenia nogi ugiąć.

Dokładny podpór, tułów i nogi stanowią linię prostą, głowę cofnąć wtył, przejście z podporu do siadu, zahaczyć nogę o łąkę i stanie równoważne, następnie przejście. Tą samą drogą wykonać zejście z łąki.

Podchwyt w szerokości barków, wpród dźwignąć nogi do łąki o rękach prostych i wreszcie dźwignąć cały tułów do wymyku.

Podczas całego ćwiczenia pamiętać o głowie — wtył.

Powtórzyć to ćwiczenie kilka razy. Odmyk wykonać na 3 tempa z dokładnego podporu:

1. skłon tułowia wpród;
2. ciągnąć nogi po łące aż do ramion wyprostowanych i
3. opust nóg wdół i zeskok.

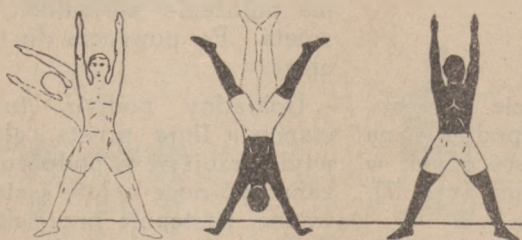
Gry i zabawy ruchowe W. Sikorski, str. 71, wyd. III.

W rozkroku dokładny wyprost R. R., skłon najgłębszy w bok i przerzut o nogach złączonych, powrót do postawy rozkroczej z R. R. wzwyż.

6. Ławeczki, a) siad o nogach prostych, opad wtył z pomocą, R. R. wżwyż (ryc. 10).

b) t. s. leżenie przodem.

Przy opadzie zwrócić uwagę na nogi — oraz na opad tułowia — przy opadzie, wprzód głowa później tułów, przy powstawaniu, wprzód tułów później głowa. Opad do linii prostej z nogami.



Rys. 9.

7. Bieg sztafetowy z piłką.

W kolumnie czwórkowej — jeden ćwiczący piłkę odnosi na oznaczone miejsce, drugi przynosi — wprowadzić współzawodnictwo.

8. Wspinanie na linach.

Zwrócić uwagę na chwyt liny kolanami, podczas wspinania dokładnie się prostować, nogi podciągać jak najwyżej.



Rys. 10.



Rys. 11.

9. Skoki.

a) przeskok przez o-kienko (ryc. 11).

Podczas przeskoku odbicie jednónóż, nogi i ręce dać do przodu, doskok wykończyć t. j. do półprzysiadu, wspięcie i odmarsz.

b) przeskok ponad dwoma współćwiczącymi (ryc. 12).

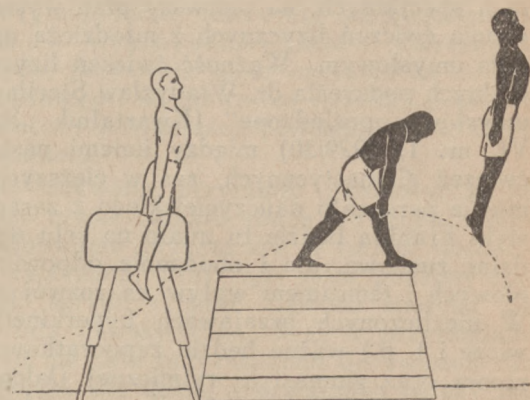
Odbić się rękoma o barki współćwiczących, dopomóc ruchem energicznym głowy wtył, doskok do półprzysiadu.

e) przeskok ponad kozłem, doskok na skrzynię i przeskok przez współwiczącego (ryc. 13).

Po doskoku na skrzynię do półprzysiadu odrazu wykonać przeskok ponad współwiczącym, ruchy opadowe, dokładny doskok i wykończenie.



Rys. 12.



Rys. 13.

10. Walka o chwyt przedmiotu z ziemi.

Kładzie się jakiś przedmiot i walka o jego chwycenie. Przytem wolno odpychać, chwycić za ręce i t. p.

III.

1. Siad o nogach skurczonych, skurcze i wyprosty R. R. łącznie z nogami.

Dokładny siad — skoregować, — skurcz R. R. i rytmiczne wyprosty. Nogi nieco unosić, nie suwać po podstawie.

2. R. R. bokiem skurczone, rozkrok, w opadzie skręty tułowia (ryc. 14).



Rys. 14.

Położenie ramion sprawdzić, dokładny opad — skręcać przytem głowę, wzrok kierować za dłonią.

3. Powtórzyć ćwiczenie I₄.

4. W kolumnie czwórkowej marsz ze śpiewem.

Poprawna postawa, energiczny i swobodny krok, marsz ze śpiewem: „Niemasz to wiary...”

Z zagadnień metodyki ćwiczeń fizycznych w szkołach dla umysłowo upośledzonych.

Obok zagadnień ogólnokształcących, tak licznych w szkołach specjalnych, na pierwszy plan wysuwa się sprawa prowadzenia ćwiczeń fizycznych z młodzieżą upośledzoną pod względem umysłowym. Ważność ćwiczeń fizycznych w szkołach specjalnych podkreśla dr. Władysław Sterling w pracy pt. „Dziecko umysłowo upośledzone” (Kwartalnik „Szkoła specjalna”, tom VI, nr. 1, 1929/30) między innymi następująco: „Propaganda ćwiczeń gimnastycznych, zaś w cięższych wypadkach obznajomienie personelu nauczycielskiego z zasadami i techniką gimnastyki Frankla będzie tu miało na celu wpływ nie tylko na dziedzinę ruchową, ale i obudzenie odpowiednich grup wyobraźniowych i temsamem wpływ na rozwój samowiedzy u dziecka. W niezliczonych przejawach hyperkinetycznych (ruchy płasowicze i t. p.) ważne będzie zapoczątkowanie tzw. eurytmji Demoor'a oraz gimnastyki rytmicznej Dalcroze'a, które wpływają kojąco i uspokajająco nie tylko na nadmierną ruchliwość mięśniową, ale i na pobudliwość psychiczną.”

Współczesna pedagogika specjalna w Polsce, której zadaniem jest selekcja, opieka i wogóle organizacja szkolnictwa specjalnego dla 75.000 dzieci w wieku szkolnym (według obliczeń Hellmanna) dotychczas jeszcze nie zwróciła uwagi na odpowiednie przygotowanie zawodowe wychowawców do prowadzenia ćwiczeń fizycznych z młodzieżą anormalną. Ponieważ pedagogia specjalna nie tylko w Polsce ale i zagranicą wciąż jeszcze eksperymentuje, bada i obserwuje dziecko umysłowo upośledzone pod względem lekarsko-pedagogicznym, a prasa pedagogiczna w wielu krajach kulturalnych Europy publikuje coraz więcej prac z dziedziny psychopatologii — aktualnym zadaniem wychowawcy fizycznego będzie zbieranie materiału do pozytywnego rozwiązania sprawy prowadzenia ćwiczeń cielesnych w szkołach specjalnych, wzgl. w klasach dla dzieci anormalnych.

„Jako podstawę do traktowania dziecka w wieku szkolnym trzeba wziąć pod uwagę jego rozwój fizyczny” — powiada radca zdrowia dr. Schnell. Jeżeli chodzi o dzieci anormalne — to wiek chronologiczny nie zgadza się z wiekiem fizjologicznym. Wzrost dzieci anormalnych, wstępujących do szkoły jest zahamowany w stosunku do dzieci normalnych pod względem umysłowym, nie mówiąc o tego rodzaju często występujących zboczeniach w rozwoju organizmu, jak: nadmierne wygięcie kręgosłupa (kifoza, lordoza), zbytnie pochylenie głowy i t. p.

Z powyższego wynika, że dziecko umysłowo niedorozwinięte wymaga znacznie większej opieki pod względem wychowania fizycznego.

Nauczyciel, prowadzący ćwiczenia fizyczne w szkole dla umysłowo upośledzonych ma zadanie niełatwe. Powinien zdać sobie sprawę z tego, że dziecko anormalne słabiej reaguje na zewnętrzne przyczyny (głos), mniej interesuje się ćwiczeniami i brak mu zręczności w wykonywaniu ruchów fizycznych. Dziecko anormalne łatwiej przyswaja sobie wszystko to, co wykonuje własnoręcznie. Dlatego i wychowawca fizyczny powinien zbliżyć się więcej do metody pogładowej, podobnie jak to czyni nauczyciel innego przedmiotu.

Nawet powszechnie używane przyrządy gimnastyczne są dla dziecka anormalnego czemś nienaturalnym i dlatego zachodzi konieczność skonstruowania przyrządów o formie dostosowanej do jego pojęć i wyobrażeń. Przyrządy takie powinny stanowić przedmiot, wzgl. sprzęt, z jakim dziecko spotyka się w życiu codziennym. Sala gimnastyczna, wraz z przyrządami winna mieć inny wygląd niż sala przeznaczona do ćwiczeń dla dzieci normalnych. I boiska dla dzieci anormalnych należy tak urządzić i zaopatrzyć w takie przyrządy, które przypomną mu coś z życia codziennego, z najbliższego otoczenia, pobudzą fantazję i chęć do ćwiczeń. Znaczną część boiska powinien zajmować ogród szkolny z trawnikiem, klombami kwiatów i t. p., a pracę dzieci w tym ogrodzie w ubrankach ćwiczebnych należy uważać jako idealną formę ćwiczeń fizycznych. Poza tem należałoby odpowiednio porozmieszczać na boisku różnego rodzaju przeszkody naturalne (rów, płot i t. p.) i odpowiednio je wykorzystać, z uwzględnieniem psychiki i fantazji dziecka. Każde urządzenie, każdy przyrząd gimnastyczny winien stwarzać sytuację, wzgl. sposobność do wykonania odpowiedniej formy ruchu fizycznego, zgóry przez wychowawcę przemyślanej. Dziecko anormalne powinno odczuć, że nie wykonuje ćwiczeń, narzuconych mu przez nauczyciela. Przy pokonywaniu przeszkód naturalnych na boisku dziecko musi odczuć radość i zadowolenie z swoich czynności. Powinno uważać te ćwiczenia jako zwyczajne zajęcia z życia codziennego.

Dzisiejszy świat cywilizowany mało ma ludzi o naturalnej swobodzie i swoistym rytmie przy wykonywaniu ruchów fizycznych. Jedynie w świecie zwierzęcym zaobserwować można piękne ruchy naturalne. Podobnie jak niemowlę także i dziecko umysłowo upośledzone nie potrafi ruchów fizycznych dokładnie izolować, wzgl. wykonać je w odpowiednim rytmie, z precyzją. Świat cywilizowany dąży do usunięcia tych psychofizycznych wad przez uprawianie ćwiczeń gimnastycznych.

Zadaniem nauczyciela ćwiczeń fizycznych w szkole dla umysłowców upośledzonych jest umiejętnie podjąć pracę w tym

kierunku i dążyć ostrożnie i z świadomością do wytkniętego celu. Trzeba to czynić bez przymusu i narzucania sztucznego rytmu ze strony nauczyciela. Formy ruchu odpowiednio zestawiać i stopniowo wpływać na wyrobienie koordynacji nerwowo-mięśniowej, zręczności i szybkiej reakcji. Dla wyrobienia szybkiej reakcji nadają się przede wszystkim wszystkie gry piłkowe i bieżne wykonywane na wolnym powietrzu i w słońcu. Tylko takie warunki pracy dogadzają dzieciom anormalnym. Sala gimnastyczna może się przydać w ostatecznym razie do prowadzenia ćwiczeń w razie niepogody.

Pomysłowy nauczyciel zużytkuje wszelkie przeszkody naturalne i przedmioty świata dziecięcego, jako przyrządy gimnastyczne, wzgl. przybory do gier i zabaw ruchowych. Wzbudzi w ten sposób nie tylko radość u młodzieży, ale zarazem usunie tę wielką przepaść, jaka dzieli życie szkolne od życia przed-szkolnego.

Każde dziecko nienormalne jest przeważnie niezręczne i pozbawione koordynacji ruchowej. Zadaniem nauczyciela wychowania będzie ruchy te doskonalić i odpowiednio kształcić. Może tego dokonać dopiero po dłuższej obserwacji dziecka przy swobodnej i niekrępującej zabawie. Teoretyczna wiedza schodzi w danym wypadku na plan dalszy.

Jak już raz o tem nadmieniałem w zasobie materiału ćwiczebnego powinny się znaleźć ćwiczenia o formach naturalnych ruchów, wykonanych w swoistym rytmie. Zachodzi pytanie, czy gimnastyka rytmiczna może mieć zastosowanie w szkołach dla umysłowo upośledzonych. Zdawałoby się, że ze względu na kształcenie rytmu jest pożądana, jednak większość głosów sprzeciwia się temu. Dziecko umysłowo upośledzone niema poczucia piękna i estetyki ruchów, a wykonywane pod pewnego rodzaju przymusem ruchy rytmiczne nie są zgodne z swoistym rytmem dziecka i są do pewnego stopnia tylko „małpowaniem” ruchów.

I stopniowanie ćwiczeń powinno być zachowane. Dziecko umysłowo upośledzone powinno w pierw uprawiać ćwiczenia wyrabiające koordynację nerwową, a dopiero później nastąpić mogą ćwiczenia, przy których czas reakcji jest skrócony. Do ćwiczeń, wymagających zdolność koordynowania należą między innymi gry bieżne, z użyciem piłek i t. p. Metodycznie rzecz biorąc, ćwiczenia, które wpływają na wyrobienie reakcji powinny nastąpić przed grami. Jeżeli chodzi o biegi — to stosować je w formie gry, gdzie dziecko od czasu do czasu odpoczywa. Wywalczono również pływanie dla dzieci umysłowo upośledzonych. Opozycjoniści widzieli w tym zdrowym sporcie wielkie niebezpieczeństwo, jeżeli chodzi o dzieci anormalne. Doszli wkońcu do przekonania, że przez ścisły dozór ze strony nauczyciela można temu niebezpieczeństwu zapobiec. I dobrze się

stało; kąpiel wzgl. pływanie jest sportem o dużej wartości ćwiczebnej i higienicznej, a poza tem jest jednym z doskonałszych środków, utwierdzających dziecko anormalne w świadomości własnych zdolności. Zarazem jest to środek, który poucza dziecko, jak należy skutecznie i szybko przystosować się do położenia, jeżeli chodzi o uniknięcie niebezpieczeństwa.

Z wywodów powyżej przytoczonych wynika, że wymagania, jakie stawia wychowawcy fizycznemu szkoła specjalna są wielkie. Zgodnie z poglądami, które zaledwie w ogólnych zarysach rozwinąłem — zadaniem wychowawcy fizycznego szkoły dla umysłowo upośledzonych jest drogą ćwiczeń odpowiednio dobranych, uczyć nowych pojęć i wogóle dążyć do ogólnego rozwoju dziecka anormalnego pod względem fizycznym i umysłowym. Tylko taka praca odpowie swemu zadaniu i obudzi wszelkie dane niezbędne w przystosowaniu się do okoliczności życiowych u dziecka umysłowo upośledzonego.

OCENY KSIĄŻEK.

Dr. Józef Mazurek. Zaprawa marszowa. A. B. C. instruktora sportowego, tom VIII. Kom. Gł. Zw. Strzeleckiego, skład główny Warszawa, Długa 50, sp. wyd. Druk. „Kadra” 1930, str. 84.

Dzielko to jest bezsprzecznie cennym nabytkiem piśmiennictwa sportowego, niewątpliwie położy głębokie podwaliny pod metodę treningu marszu. Przyczyni się ono zapewne do ujednostajnienia i ulepszenia metody trenowania drużyn do tego rodzaju zawodów t. j. do marszów, która to strona dotychczas była traktowaną zupełnie indywidualnie i najczęściej błędnie. Jak we wstępie zaznaczono, wskazówki znajdujące się w tej książce mają przede wszystkim na celu oświetlić technikę i higienę marszu. Cała praca podzielona jest na szereg etapów, poczynając od teoretycznych wiadomości ogólnej zaprawy, techniki marszu, higieny zaprawy i zaprawy właściwej, kończąc opieką lekarską. Wszystkie te wskazania mają głęboką myśl praktyczną, gdyż zawody marszowe, stające się dzisiaj popularną postacią sportu, dają ogólne korzyści wychowawcze na podobieństwo innych sportów, a ponadto są ważnym czynnikiem dzisiejszego przysposobienia wojskowego. Prócz tego trzeba podkreślić, że autor, pisząc te praktyczne wskazania miał na myśli b. ważny moment społeczny. Mianowicie, że każdego zawodnika musi cechować silny charakter i sprawność fizyczna. Przy tego rodzaju zawodach, te dwa czynniki są nieodzowne i są zarazem zgodne z ogólną dążnością wychowawczą.

Powyzsza praca zasługuje w zupełności wobec omówionych wartości na uwagę i poparcie.

Wł. Czarniecki.

Buzkowa. Współczesny ruch weekendowy jako źródło zdrowia moralnego i fizycznego. Cieszyn (nakładem autorki) 1930, str. 20 z ilustr.

Autorka stara się przedstawić wielorakie korzyści wypływające z spędzania wolnego czasu, a zwłaszcza końca tygodnia poza miastem na łonie przyrody. Kładzie nacisk na użytkowanie w tym celu tanich budowli drewnianych, nie zwraca jednak należytej uwagi na używanie namiotów bez porównania tańszych i umożliwiających zmianę miejscowości przy kampingowaniu.

Dr. T. Smoluchowski,

Prof. Wł. Dzwonkowski. Polska w krajobrazie i zabytkach. Zeszyt 5, 6, 7, 8 i 9. Warszawa (Wyd. Tad. Złotnickiego) 1930, str. XLVII + 326 in 4^o, 537 ilustr.

Dzieło zbliża się już ku końcowi. Zeszyt 5 opisuje Województwo Pomorskie, 6 Poznańskie, 7 Górny Śląsk, 8 Kraków i Województwo Krakowskie, a 9-ty Tatry i Pieniny. Każdy zeszyt rozpoczyna się oprócz objaśnień zdjęć pióra Ant. Karczewskiego, krótką charakterystyką danego obszaru, napisaną przez pierwszorzędnych znawców kraju, jak Dr. Miecz. Orłowicz (Pomorze i Poznańskie), Marjusz Zaruski (Wybrzeże Morskie), Wład. Miedziak (Górny Śląsk), Tad. Szydłowski (artystyczna topografia Krakowa), Jan Lankau (Województwo Krakowskie), ś. p. Dr. Miecz. Świerż (Tatry), K. Sosnowski (Beskid Zachodni i Pieniny). Do zeszytu 7 dołączone są wartościowe monografie ogólnej treści, a mianowicie Aleks. Janowskiego „Krajobraz Polski”, Wład. Wołyny „Działalność Państwa w obronie krajobrazu Polskiego i zabytków”, Prof. J. Kłosa „O budownictwie drewnianem i murowanem w Polsce” i ś. p. Juliana Ejsmonda „Myślistwo w Polsce”.

Część ilustracyjna przedstawia się również bardzo dodatnio. Wspomniane serje zdjęć Bułhaka, Jaroszyńskiego i innych pierwszorzędnych artystów-fotografów chwytają za oko nie tylko krajoznawcę, ale każdego, który odczuwa piękność architektury i krajobrazu, jak pietyzm dla pamiątek historycznych minionych wieków. Dzieło przedstawia bardzo cenny materiał, szkoda tylko, że napisy pod ilustracjami zostały w tych zeszytach tak samo niedbale sporządzone jak w zeszytach 1—4, już krytykowane w ostatniej recenzji („W. F. Rok XI, zes. 3). Rażą liczne błędy drukarskie, a także rzeczowe, i wadliwe tłumaczenia. Tak naprzykład widok z góry nazwano po niemiecku nie „Aussicht” ale „Ansicht”. „Tratwy” na Wiśle (579) przetłumaczono na „die Flossen”. Pod ilustracją pewnej płyty grobowcowej w katedrze gnieźnieńskiej (622) widnieje prawidłowy napis polski, ale w innych językach „La Cathédrale”, „Der Dom”, „The Cathedral”, (662); Jezioro Góreckie pod Poznaniem: „der See bei Posen”, jakby nie było także innych jezior w pobliżu. Pod widokiem 680 przedstawiającym zamek w Gołuchowie (nb. jest to niebardzo charakterystyczne zdjęcie!) umieszczono niemiecki napis (bez zmiany pisowni!): „Schloss, früher von Leszczyński jetzt der Fürsten Czartoryski XVI J. umgebaut!” Napis pod ilustracją 689 pokazującą typy wieśniaczek w Chorzowie brzmi: „types des ouvriers”, „Arbeitertypen”. Takich rażących błędów możnaby dużo przytoczyć.

Dr. T. Smoluchowski.

STRESZCZENIA.

Dr. B. Dylewski, Wilno. Wady mowy i głosu w wieku szkolnym. (Pol. Gaz. Lek. 1930, 614-17).

Autor ułożył na podstawie badań 1000 dzieci szkolnych, skierowanych (od grudnia 1929 do kwietnia 1930) do Poradni dla chorych z wadami głosu i mowy przy klinice prof. Szmurły, statystykę, z której wysnuwa następujące wnioski:

1. Niefachowo nawet przeprowadzony wybór dzieci z wadami mowy przez rodziców, nauczycieli i lekarzy szkolnych nie-specjalistów ujawnił 9,2% wszystkich dzieci, cierpiących na wady mowy i głosu. Te liczby są pięciokrotnie wyższe od liczby dzieci z wadami mowy w Austrii i Niemczech, gdzie się przeprowadza planowe leczenie takich chorych.
2. Wśród chłopców wady mowy stwierdzono w 10,36%, a wśród dziewcząt w 8,3%.
3. Najczęstszą wadą mowy jest szeptenie, która występowała w 52% wszystkich chorób dzieci, czyli w 5,2% wszystkich dzieci w szkołach, dalej w porządku zstępującym idą: *rhotacismus* (nieprawidłowe wymawianie dźwięku *r*), *lambdacismus* (nieprawidłowe wymawianie dźwięku *l*), jakanie, *rhinolalia* (mówienie przez nos) i *G+Kappacismus* (nieprawidłowe wymawianie dźwięków *g* i *k*). Szczególnie często w porównaniu do statystyk w Austrii i Niemczech zdarza się u nas *rhotacismus*. Jakanie mie-

liśmy w 2,1% wszystkich dzieci w szkołach, czyli dwa razy więcej niż w krajach zachodnich. 4. W 68% wady mowy są w czystej, pojedynczej postaci, a w 32% mieszane, w połączeniu z innymi wadami mowy. 5. W mieszanych formach najczęściej się spotyka szeplenie, *rhotacismus* i *lambdacismus*. Te dwie ostatnie wady występują przeważnie razem w formie mieszanej. 6. O chorobach głosu, które wśród dzieci są nadzwyczaj rozpowszechnione, z niniejszej statystyki nie możemy wyciągać dokładnych wniosków, bo do tego potrzeba fachowego badania wszystkich dzieci ze specjalnym uwzględnieniem stopnia czystości i normalności głosu. 7. W całym szeregu przypadków stwierdziliśmy powstanie nowych i pogorszenie istniejących wad mowy i głosu u dzieci wskutek naśladownictwa kolegów, rodziców a nawet nauczycieli.

Dziennik Urzędowy Kur. Okr. Szk. Krakowskiego, Nr. 5, rok IX. Wycieczki turystyczne, str. 152. Kraków, dn. 31 maja 1930 r.

Przepiękne hasło rzuciło Kuratorjum Krakowskie dla młodzieży szkolnej w roku bieżącym w sprawie wycieczek turystycznych, hasło uzasadnione wielkimi wartościami wychowawczymi. Wycieczki szkolne turystyczne dają bodaj największą rękojmiej zespolenia węzłami koleżeńskimi grupy wędrującej młodzieży, która przy wspólnym ognisku i pod jednym dachem wypoczywa, a równocześnie każdy z nich uczy się poprzestawać na małym, znosi niewygodę i nabywa więcej zręczności i odporności na trudy. Hartuje wolę, wyrabia zalety społeczne, dbając o siebie i grupę, uczy się poczucia odpowiedzialności i poczucia wspólnego dobra; wogóle staje się dzielniejszym fizycznie i duchowo. Obcowanie z przyrodą stwarza w gromadzie i jednostce zdrową atmosferę duchową i fizyczną, stwarza również atmosferę miłości kraju, ludu i swojszczyzny. Czyż to nie jest przekonująca?

Hasła te, dane pod rozważę wychowawcom z pewnością odniosły swój cel. Mamy przecież b. wielu młodych i dzielnych pedagogów, którzy nie szczędzą swojej energii na tego rodzaju przedsięwzięcia, by móc spełnić miły obowiązek wychowawczy i zorganizować taką lub inną wyprawę turystyczną. Wyczerpujące wskazówki techniczne, oraz doskonale opracowaną mapę szlaków turystycznych, faktycznych i projektowanych, wydało w b. r. wspomniane Kuratorjum, z których to wskazań i mapy może korzystać każda zainteresowana jednostka.

Mapa szlaków turystycznych w Beskidach Zachodnich, opracowana przez K. Sosnowskiego, Z. Wyrobka i T. Wyrobka, odpowiednio kolorowana, zaopatrzona w objaśnienia, kolosalnie ułatwi opracowanie tur wycieczkowych. Z pośród wszystkich wycieczek, jak objaśnia Kuratorjum, górską wycieczka stoi na pierwszym miejscu. „Cuda przyrody górskiej najgłębszy odzew wywołują w duszy człowieka. Kto raz je poznał, ten pod ich urokiem na całe życie pozostanie”. — Próżne są komentarze, bez zastrzeżeń poddajmy się urokowi rzuconych myśli, skorzystajmy skwapliwie z mapy szlaków turystycznych w Beskidach Zachodnich i zgóry bądźmy wdzięczni autorom hasła uprawiania turystyki przez młodzież szkolną i autorom wspomnianej mapy.

Wł. Czarniecki.

Z TOWARZYSTW, INSTYTUCYJ I ZJAZDÓW.

Wychowanie fizyczne młodzieży szkół wyższych w Polsce.

W dniu 27 czerwca 1930 r. odbyła się w Min. Wyzn. Rel. i Ośw. Publ. pod przewodnictwem p. Ministra d-ra Sławomira Czerwińskiego konferencja z udziałem przedstawicieli Senatów Szkół Wyższych, na której

ustalone zostały wytyczne stopniowego realizowania programu wychowania fizycznego na terenie wyższych uczelni.

W konferencji uczestniczyli: pp. prof. dr. B. Nawroczyński (Uniw. Warsz.), prof. dr. K. Białaszewicz (Uniw. Warsz.), prof. dr. J. Groszkowski (Politechn. Warsz.), rektor inż. S. Biedrzycki (Szk. Główna Gosp. Wiejsk.), prof. dr. Ciechanowski (Uniw. Jagiell.), prof. dr. R. Rencki (Uniw. Jana Kazim. i Politechn. Lwowska) prof. dr. E. Piasecki (Uniw. Pozn.), prof. dr. S. Kempisty (Uniw. Stef. Batorego w Wilnie), prof. W. Jarocki (Akad. Sztuk Pięk. w Krakowie), prof. dr. Cybulski (Państw. Inst. Dentyst. w Warszawie), ppłk. dr. Krzyski (Państw. Urz. Wych. Fiz. i Przysp. Wojsk. w Warszawie) oraz przedstawiciele Min. Wyzn. Rel. i Ośw. Publ.: pp. dyr. Depart. Witold Suchodolski, naczelnik Wydz. Leon Buszkowski, nacz. Wydz. Józef Błoński i radca min. S. Kulesiński.

P. Minister zażądał konferencję, podkreślając cel i znaczenie wychowania fizycznego młodzieży akademickiej, poczem udzielił głosu radcy min. St. Kulesińskiemu, który scharakteryzował dotychczasowe poczynania Min. W. R. i O. P. w tej dziedzinie i wskazał na projektowane sposoby finansowania całej akcji.

Następnie naczelnik Błoński przedstawił opinie poszczególnych szkół akademickich, które wpłynęły do Min. W. R. i O. P. w odpowiedzi na okólnik z dn. 1. IV. 1930. Nr. IV. SW. 2730/30.

We wszystkich prawie uczelniach powstały komisje (komitety) wychowania fiz. — we Lwowie zaś i Krakowie komisje międzyuczelniane.

Inicjatywa Ministerstwa co do rozszerzenia akcji wychowania fizycznego młodzieży akademickiej wszędzie została potraktowana przychylnie. W związku z tem poszczególne szkoły wysunęły szereg propozycji i postulatów, zmierzających do stopniowej realizacji zagadnienia. Sprowadzają się one do zapewnienia niezbędnych środków finansowych na: 1) urządzenie sal gimnastycznych, boisk i t. p., 2) zaangażowanie personelu teoretycznego (lektorzy) i ćwiczebnego (instruktorzy).

Na zasadzie otrzymanych opinii i z własnych obserwacji Ministerstwo W. R. i O. P. ustaliło następujące wytyczne organizacji wychowania fizycznego młodzieży akademickiej: 1) szkołom wyższym pozostawia się autonomję w organizowaniu wychowania fizycznego młodzieży akademickiej; 2) akcję organizowania w. f. na uczelniach wyższych należy zapoczątkować w najbliższych latach na małą skalę, rozwijać ją w miarę stwarzania materialnych podstaw i przygotowania instruktorów; 3) jako odpowiedzialne za przeprowadzanie akcji organizacyjnej, uznać komisję w. f. danej uczelni, względnie komisje międzyuczelniane, których zadaniem byłoby: a) kierownictwo w zakresie organizacji w. f. na terenie uczelni, wzgl. środowiska akademickiego, oraz inicjatywa w organizowaniu prac, związanych z wychowaniem fizycznym młodzieży akademickiej; b) współpraca z władzami akademickimi, celem ustalania ogólnych potrzeb w. f. i p. w. na terenie danej uczelni, względnie środowiska akademickiego, oraz opracowywanie planu ich realizacji; c) nadzór nad prawidłową działalnością organizacji w. f. i p. w. młodzieży akademickiej oraz nadawanie im właściwego kierunku wychowawczego; d) rozdział funduszy i zasiłków na cele w. f. i p. w. danej uczelni, względnie środowiska akademickiego; e) Ministerstwo W. R. i O. P. przewiduje przyznanie na rok ak. 1930/31 uczelniom wyższym kredytów na uruchomienie lektoratów i instruktorów w. f. w postaci zwiększonej ilości godzin wykładów zleconych i ćwiczeń cielesnych; f) uznaje się za wskazane i konieczne dla podniesienia zdrowia młodzieży akademickiej i umożliwienia należytej organizacji w. f. na uczelniach wyższych, wprowadzenie specjalnej opłaty studenckiej na cele wychowania fizycznego w wysokości do 3 złotych rocznie, z przeznaczeniem wyłącznym uzyskanych w ten sposób kwot na cele związane z organizacją w. f. i p. w.

w szkołach akademickich. Wpływy z opłat tych mają być oddawane do dyspozycji uczelnianych komisji w. f.; g) uznaje się za celowe i konieczne wykorzystanie dla organizacji w. f. na uczelniach wyższych istniejących Akadem. Zw. Sportowych, tak ze względu na ich siłę atrakcyjną i propagandową, jak również ze względu na potrzebę wykorzystania dla celów szkolnych, posiadanych przez nie boisk i urządzeń sportowych. W związku z tem uczelniane komisje w. f. powinny powołać związki te do współpracy i świadczeń, i otoczyć je opieką moralną i materialną przez roztoczenie nadzoru nad ich prawidłową działalnością, oraz przez udzielanie im pomocy z pozostających w dyspozycji komisji w. f. zasiłków na inwestycje sportowe.

Prof. E. Piasecki (Poznań) przedstawił obszernie sprawozdanie oraz uwagi i wnioski specjalnej Komisji, powołanej przez Senat Akademicki Un. Pozn. dla spraw w. f. i p. w. Opierając się na rozporządzeniu Ministra W. R. i O. P. z dnia 9 października 1924 r. (Dz. Urz. Min. W. R. i O. P. Nr. 18 poz. 185, art. 1, pt. f) w sprawie egzaminu państwowego na nauczyciela szkół średnich, Un. Pozn., w porozumieniu z Państw. Komisją Egzaminacyjną dla nauczycieli szkół średnich, wprowadził u siebie obowiązkowe ćwiczenia cieleśne dla studentów Wydziału Humanistycznego i Matematyczno-Przyrodniczego, kandydatów do zawodu nauczycielskiego, a mianowicie uczęszczanie w ciągu dwu trymestrów po 2 godziny tygodniowo na ćwiczenia gimnastyczne, oraz wyszkolenie się w pewnej obranej gałęzi sportów wychowawczych. Zajęło się tem Studium Wychowania Fizycznego. Frekwencja stale wzrasta. W roku 1929/30 były 3 oddziały po 40 osób każdy. Większej frekwencji stoi na przeszkodzie 1) brak środków na opłatę instruktorów, sal i boisk, 2) wady pomienionego rozporządzenia, a w szczególności oddanie wystawiania odpowiednich poświadczeń czynnikiem pozauniwersyteckim (Państwowy Instytut Wych. Fiz. a według ostatniego rozporządzenia, Kuratorjom Okręgów Szkolnych), wreszcie 3) obniżenie wymagań z zakresu teorii w obrębie egzaminów pedagogicznych.

Mówca proponuje wprowadzić na przyszłość następujące zasady: 1) Kandydatów na nauczycieli szkół średn. i sem. nauczyc. zobowiązać do przebycia conajmniej rocznego kursu wych. fiz. zorganizowanego przez władze akademickie. Do programu tego kursu powinny wchodzić a) najmniej 30 godz. wykładów z zakresu higieny szkolnej, b) tyleż z teorii wychowania fizycznego, c) 40 godz. ćwiczeń gimnastycznych, d) 60 godz. ćwiczeń w grach ruchowych, ewentualnie wycieczkowanie i obozowanie. Przyszły nauczyciel powinien nie tylko zrozumić cele i zadanie wychowania fizycznego, ale tak opanować przynajmniej niektóre dziedziny, by w razie potrzeby móc zastąpić wychowawców fizycznych, jako instruktor pomocniczy w pewnej gałęzi. 2) Poświadczenia z odbycia kursu powinny wydawać Studja Wych. Fiz., tam zaś, gdzie ich niema, uczelniane komisje wych. fiz. 3) Ćwiczenia cieleśne, należące do programu powyższych kursów, w miarę możliwości należy udostępniać także i studentom innych wydziałów, nadto należy zachęcać młodzież do wstępowania w szeregi A. Z. S.ów i innych organizacji akademickich, służących podobnym celom.

Pożądane jest wprowadzenie etatów, przynajmniej w tych uczelniach, gdzie wychowanie fizyczne znacznie się rozwinięło, dla stałych kierowników w. f. młodzieży akademickiej o wysokich kwalifikacjach i doświadczeniu, do których należałby nadzór nad młodszymi instruktorami wych. fiz. danej uczelni.

Niezależnie od możliwości korzystania z sal i boisk szkół średnich, należy dążyć do jak najrychlejszego urządzenia własnych. Każde większe skupienie gmachów uczelnianych, domów akademickich, powinno posiadać salę gimnastyczną i boisko. Sprawy przysposobienia wojsk. i wych. fiz. powinny być jak najściślej z sobą związane, pod kierunkiem tejże komisji

uniwersyteckiej, przy odpowiednio określonym udziale fachowców. Przynależność wojsk, należy zbliżyć z organizacjami studenckimi, co mu zapewni większą frekwencję.

Należy ściśle rozróżniać pojęcia lektorów i instruktorów w. f., czego dotychczas nie przestrzegano: lektorzy, to odpowiednio wykwalifikowani wykładowcy (nauczyciele) teorii w. f., instruktorzy zaś, prowadzący praktyczne ćwiczenia cielesne, gry ruchowe, sporty i t. p.

Prof. Ciechanowski (Kraków) stwierdza, że zagadnienie wychowania fizycznego jest całkowicie doceniane i aktualne w szkołach wyższych, proponuje przeto odrazu przejść do rozważenia możliwości finansowych i planu realizacji.

Wychowanie fizyczne należy traktować szerzej, z punktu widzenia ogólnospołecznego i dobra młodzieży, a nie tylko przystosowania do celów pedagogicznych. Potrzebne ono się staje dziś w każdym zawodzie.

Lektoraty powinny być stałe — etatowe, nie zaś w formie godzin zleconych, dają one młodzieży podstawy teoretyczne. Poza tem młodzież powinna mieć chociaż jedną godzinę ćwiczeń cielesnych dziennie. W obecnych warunkach trudno jest niezmiernie znaleźć wolną godzinę na wykłady w. f. i ćwiczenia cielesne, z powodu przeciążenia, przeładowania programów z innych przedmiotów prawie na wszystkich wydziałach, oraz bardzo wysokich wymagań przy magisterjach.

Należy dążyć do wybudowania przynajmniej jednej własnej sali gimnastycznej w każdym środowisku akademickim.

Przedmiotem dalszej dyskusji szczegółowej, w której zabierali głos: p. Minister, prof. dr. Ciechanowski, prof. dr. Renccki, prof. dr. Nawroczyński, rektor inż. Biedrzycki, prof. dr. Kempisty, prof. dr. Piasecki, ppłk. dr. Krzyski, nac. wydziału Błoński i radca Kulesiński, były sprawy następujące: 1) źródła finansowe dla umożliwienia realizacji programu wychowania fizycznego w szkołach wyższych; 2) zagadnienie, czy wychowanie fizyczne ma objąć wszystkie wydziały szkół wyższych, czy tylko pedagogiczne; 3) organizacja wych. fiz. na terenie szkół akademickich.

W wyniku dyskusji Pan Minister, uznając za słuszne wydzielenie w budżetach szkół wyższych sum na wychowanie fizyczne, zapowiedział wydanie stosownych zarządzeń już w związku z opracowaniem preliminarza na rok szkolny 1931/32. Wykorzystanie opłat studenckich, jako jednego ze źródeł pokrycia dość szeroko zapowiadającej się akcji wychowania fizycznego młodzieży akademickiej, staje się nieodzownem. Jednak wobec licznych zastrzeżeń, wypowiedzianych przez niektórych uczestników konferencji, sprzeciwia się podwyższeniu opłat studenckich. P. Minister oświadczył, że termin powszechnego wprowadzenia specjalnych opłat na wychowanie fizyczne może być odłożony na później, do chwili większego spopularyzowania samej idei oraz celów i zadań wychowania fizycznego wśród młodzieży akademickiej. Przed początkiem nowego roku akademickiego 1930/31 szkoły będą zawiadomione, ile otrzymają na cele wychowania fizycznego z kredytów budżetowych.

W kwestji, czy wychowanie fizyczne ma objąć wszystkie wydziały szkół wyższych, czy tylko pedagogiczne, uczestnicy konferencji wypowiedzieli się przeciw przymusowi ćwiczeń, natomiast za umożliwieniem i udostępnieniem udziału wszystkim zgłaszającym się studentom, zwłaszcza zaś studentom działów pedagogicznych.

Pan Minister, stwierdzając, iż istotnie rozporządzenie z dnia 9 października 1924 roku w sprawie egzaminu państwowego na nauczycieli szkół średnich nie było należycie wyzyskane przez poszczególne Komisje Egzaminacyjne, zapowiedział nadanie świadectwom wychowania fizycznego, o których tam mowa, większego waloru

Projekt Ministerstwa, co do oddania kierownictwa całej akcji wychowania fizycznego uczelnianym, bądź międzyuczelnianym stałym komisjom wychowania fizycznego, żadnych zastrzeżeń nie wywołał.

Odnosnie wniosku p. prof. d-ra Renckiego, by te komisje objęły również i sprawy przysp. wojsk. p. Minister wyjaśnił, że zagadnienie przysp. wojsk. nie da się całkowicie zespolić z wychowaniem fizycznym i objąć jednym ogólnym kierownictwem komisji, ze względu na specjalne cele i zadania, uzależnione od potrzeb wojskowych, natomiast wskazane i konieczne jest jak najściślejsze współdziałanie.

Na tem p. Minister konferencję zamknął, dziękując obecnym za przybycie, i stwierdzając, że konferencja wykazała znaczne zainteresowanie władz akademickich zagadnieniem wych. fiz. młodzieży, jest więc znacznym krokiem naprzód ku realizacji zamierzeń Min. Wyzn. Rel. i Ośw. Publ. na tem polu.

W związku z ustalonym na powyższej konferencji planem działania, Min. W. R. i O. P. wydało zarządzenia, zmierzające do stopniowej realizacji programu wych. fiz. w szkołach akademickich, jak powołanie stałych uczelnianych, względnie międzyuczelnianych Komisji wych. fiz., uruchomienia w roku akademickim 1930/31 lektoratów i instruktoratów wych. fiz. przyznania kredytów na ten cel w postaci zwiększonej ilości godzin zleconych wykładów i ćwiczeń cieleśnych, oraz przekazywania uczelnianym, względnie międzyuczelnianym Komisjom w. f. subwencji na w. f. studentów.

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

Posiedzenie z dnia 22 maja 1930 r. Przewodniczący dr. K. Mitkiewicz, sekretarz dr. Rauch-Sobolewska, osób obecnych 40.

Po odczytaniu protokołu poprzedniego posiedzenia, przewodniczący komunikuje, że w sprawie Pływalni Kasy Chorych porozumiewał się z p. d-rem Zamckim, który oznajmił, że chlorowanie wody już się odbywa, ale aparat do chlorowania wykazuje jeszcze braki, dopiero więc po wakacjach rzecz cała będzie doprowadzona do porządku. Natomiast będzie dostępna dla szkół Pływalnia Legii, znajdująca się na otwartym powietrzu, przy ul. Łazienkowskiej. O warunkach, na jakich młodzież będzie mogła z pływalni korzystać, będą powiadomione szkoły już w dniach najbliższych.

Następnie przewodniczący podaje do wiadomości zebranych, że w marcu 1930 r. otrzymały województwa i starostwa okólnik Ministerstwa Spraw Wewn., wydany w porozumieniu z Ministerstwem Oświaty, na mocy którego lekarzom powiatowym przysługuje prawo egzekwowania mandatów karnych za poważne uchybienia sanitarne, zauważone przy wizytacji szkół. Tego rodzaju egzekutywa może dać lepsze rezultaty w ręku lekarza powiatowego, aniżeli w ręku lekarza szkolnego. Rozporządzenie to odnosi się przedewszystkiem do szkół na prowincji, natomiast w Warszawie, gdzie każda szkoła ma swego lekarza, ingerencja czynników zewnętrznych byłaby zbyt duża; w wyjątkowych wypadkach, gdy chodzi o duże braki sanitarne, może się lekarz szkolny zwrócić do lekarza sanitarnego, a gdyby to nie odniosło skutku, to do lekarza powiatowego. (Warszawa ma 3 powiaty.)

W dalszym ciągu przewodniczący komunikuje, że w czasie od dnia 5-go do 18 czerwca r. b. odbędzie się w Dreźnie kurs p. t. „Higijena i szkoła”, który z uszczupleniem strony teoretycznej, będzie obejmował dużo zajęć praktycznych, pokazów, lekcji i t. d.

Przewodniczący informuje, że wyszedł już 3—4 numer „Przeglądu Sportowo-Lekarskiego”. Pismo to zawiera dużo ciekawych wskazówek, a cena przystępna umożliwia prenumeratę „Przeglądu” w szkołach. Na zapytanie dr. Korsa kówny, odpowiada przewodniczący, że koszty prenumeraty można pokrywać z funduszu gier i zabaw.

Następnie przewodniczący podaje do wiadomości, że szkoły otrzymały plakaty z uwidocznioną siecią szkolnych schronisk wycieczkowych nocle-

gowych, które zapewniają wycieczkom szkolnym w różnych punktach pied à terre. Lekarze szkolni mogą przy sposobności urządzania dalszych wycieczek zachęcać do korzystania z tych schronisk, na razie mało wykonywanych.

Dr. Babski zapytuje, czy mają być w sprawozdaniu tegorocznym obliczenia średnie wzrostu, wagi i t. d. Przewodniczący objaśnia, że średnie nie będą w przyszłości uwzględniane w sprawozdaniach rocznych; ustali je Urząd Statystyczny na podstawie pomiarów dokonanych w kwietniu 1930 r., których wpłynęło około 650.000. W dalszym ciągu przewodniczący przypomina, że obliczenia statystyczne mają być robione według klas, a nie według wieku, na co oświadcza dr. Uliński, że Sekcja Higieny Szkolnej poleca w szkołach miejskich robić statystykę nadal według wieku.

Dr. Aleksandra Stębowska wygłasza referat p. t. „Aphasia associativa” (Zaburzenia mowy u młodzieży w wieku szkolnym — jąkanie). Mowa jest procesem psychofizycznym, powstałym w swoim komponentie fizycznym przez skoordynowanie trzech funkcji — oddychania, fonacji oraz artykulacji. Tor oddechowy spoczynkowy ulega zasadniczej zmianie z chwilą, gdy człowiek zaczyna mówić. W stanie spoczynkowym, w warunkach fizjologicznie prawidłowych, wdech równa się prawie wydechowi, zarówno co do czasu trwania, jak i nasilenia; w czasie mówienia wdech staje się płytkim i krótkotrwałym, wydech głębszym i trwającym 15 do 18 sek. u dzieci u kobiet, a 25 sek. u dorosłych mężczyzn. Podczas aktu mowy posługujemy się tylko fazą wydechu; w czasie wdechu mówić nie można. Oddychanie w stanie spoczynkowym odbywa się przez jamę nosową. Podczas mówienia oddychanie dostaje się do jamy ustnej (wyjątek stanowią dźwięki nosowe). Zamknięcie i odgroźnienie jamy nosowej od jamy ustnej odbywa się dzięki diaphragmie ustnej, utworzonej przez podniebienie twarde i miękkie z jednej strony, oraz tak zwany wał Passavant'a, powstały przez skurcz muskulatury tylnej ściany gardła. Powietrze wydychane, dostając się przez krtani, wprawia struny głosowe w drżanie; powstający przy tem dźwięk fonacyjny dostaje się do jamy ustnej i zostaje zmieniony tu na dźwięki artykulacyjne. Oddychanie, fonacja i artykulacja są czynnościami mięśni; mowa jest zatem ruchem.

Jąkanie jest cierpieniem funkcjonalnym, jest nerwicą skurczową w zakresie tych mięśni, które są zaangażowane w procesie oddychania, fonacji i artykulacji. Skurcze, o których mowa, są powodem zaburzeń oddechowych i utrudnienia fonacji i artykulacji.

Zaburzenia oddechowce charakteryzują się: 1. przyspieszeniem tempa oddechowego, 2. skróceniem fazy wydechowej, która z 18—25 sek. spada na 4—6 sek., 3. zachowaniem oddychania przez jamę nosową w czasie mówienia, 4. zablokowaniem klatki piersiowej w stanie wdechowym, podczas gdy przepona podnosi się do góry, a powietrze wydobywa się z płuc. Klatka piersiowa jest ad maximum wzdęta, płuca, po wypuszczeniu z nich powietrza, zapadnięte. Ujemne ciśnienie klatki piersiowej wzrasta. Wielkie naczynia wypełniają się nadmiernie krwią, krążenie w klatce piersiowej oraz zwoje systemu sympatycznego ulegają zmniejszonemu ciśnieniu, a stąd wtórnie powstają zaburzenia naczynio-ruchowe i wydzielnicze. Pacjent doznaje uczucia ucisku i lęku. Twarz staje się biała, skóra pokryta potem, tętno przyspieszone, pacjent nie może słowa wypowiedzieć. Po gwałtownym wydechu, z powodu skurczu krtani wdech nie może dojść do skutku. Skurcze w krtani prowadzą do zaburzeń w fonacji. Skurcze w jamie ustnej (wargi, język, podniebienie, tylna ściana gardła) utrudniają artykulację. Skurcze, o których mowa, mają w początkowych okresach jąkania charakter skurczów klonicznych, to jest skurczów częstotliwych o małym nasileniu. Ten okres może trwać kilka godzin, kilka miesięcy, lub kilka lat. Chcąc przezwyciężyć skurcze, pacjent stara się jakby wycisnąć każde słowo; skurcze przybierają charakter toniczny. W trzecim końcowym okresie jąkania, skurcze przechodzą na mięśnie twarzy, szyi, tułowia kończyn górnych lub dol-

nych, i mają charakter współruchów. Jąkanie jest nerwicą postępującą. Przejście jednego okresu w drugi odbywa się powoli, z biegiem lat, lub nagle, pod wpływem przestraszenia, urazu psychicznego, zmniejszonej odporności ustroju w następstwie chorób gorączkowych. Współruchy trzeciego okresu mają charakter niezmienny, automatyzują się w systemie nerwowym; możnaby powiedzieć, że się niejako organizują i stanowią objaw stały i niezmienny. Według Fröschelsa i Hoepfnera jąkanie powstaje we wczesnym dzieciństwie, kiedy skoordynowanie aparatu mięśniowego, potrzebnego do mowy, jak również skojarzenia wyobrażenia z nazwą przedmiotu jest niepełne. Niemożność mówienia nazywamy Aphasią; jąkanie jest zatem aphasią asocjatywną, powstała przez zaburzenie w koordynacji czynności psycho-fizycznych, jakie składają się na mowę. Schilder uważa, że jąkanie powstaje wskutek niewspółmierności między impulsem do mówienia, a zdolnością wypowiedzenia się. Wzmoczony impuls do ruchów wogóle a do mowy w szczególności zależy od systemu striopallidarnego, substancja nigra i nucleus ruber. „Gdyby mówił powoli, mówiłby dobrze”, mówią laicy. — „Gdyby nie miał wzmoczonego impulsu do mowy, mówiłby powoli”, musi powiedzieć lekarz.

Wzmoczony impuls może przejawiać się i w piśmie (pismo małe i szybkie).

Na zakończenie wymienić należy występujące przy jąkanu objawy, a mianowicie: zaburzenia naczynio-ruchowe, obfite pocenie, nadmierne ślinienie oraz zaburzenia jelitowe, najczęściej o charakterze spastycznym. Rozpatrywać je możemy pod kątem widzenia współruchów. Leczenie ma na celu zapobieganie skurczom oraz przeciwdziałanie wzmoczonemu impulsowi. Jak więc widzimy jąkanie, podobnie jak inne zaburzenia mowy, są symptomatami chorobowymi, już to organicznymi, już to funkcjonalnymi. Choroba powinna być leczona; leczenie leży w rękach lekarzy, to też lekarze powinni zwalczać „oduczanie” zaburzeń mowy; trzeba je leczyć! Z lekarzem współdziałać powinien nauczyciel, aby stworzyć odpowiednie środowisko, jakim jest szkoła specjalna dla jąkającego się, bełkocącego, lub nawpół głuchego dziecka.

Prelegentka apeluje do lekarzy szkolnych, aby zechcieli wpłynąć na odpowiednie czynniki rządowe w kierunku organizowania poradni lekarskich oraz szkół specjalnych dla dzieci z zaburzeniami mowy. Tylko tym sposobem społeczeństwo przyniesie pomoc kalectwom, jakimi są niewątpliwie źle leczone i zaniedbane zaburzenia mowy. Jąkanie w okresie skurczów klonicznych jest nerwicą samowyleczalną. Skurcze toniczne wymagają bezwzględnej interwencji lekarza. Okres trzeci ze współruchami daje prognozę jak najgorszą i jest bardzo trudny do wyleczenia.

W dyskusji zapytuje dr. K o r s a k ó w n a, czy w szkołach specjalnych o których prelegentka wspominała, towarzystwo dzieci silnie jąkających się nie wpływa ujemnie na dzieci inne, dotknięte tą wadą w lżejszym stopniu.

Prelegentka uważa, że te różnice przy współżyciu dzieci zacierają się i nie przynoszą szkody. W Wiedniu, dzięki szkołom specjalnym, liczba jąkających się w okresie klonicznym znacznie się zmniejsza. Szkoły specjalne mają tam charakter szkół przejściowych — dziecko wchodzi do szkoły w 6 roku życia; w klasach jest 8—10 dzieci; odpowiadanie odbywa się śpiewną metodą Liebmana, przy dyslalji stosuje się odpowiednie protezy i t. d. P. M a n c z a r s k i zapytuje, czy należy leczyć jąkanie w 3—4 roku życia. Prelegentka uważa, że tak małe dziecko najlepiej zostawić w spokoju, zaniechać wszelkiego uczenia na pamięć, jak to bywa w zwyczaju. Oczywiście, że o ile zaznacza się przejście w formę toniczną, należy stosować elektryzację, ciepłe kąpiele, metodę Liebmana. Dr. Uliński dzieli się swoim spostrzeżeniem, że skurcz ustępuje po głębokim wdechu, i dlatego pacjentom, którzy nie mogą wystawić się wskutek silnego jąkania, każe głęboko zaczerpnąć powietrza. Dr. Uliński skierowuje jąkających się do poradni Zakładu dla głuchoniemych, Plac Trzech Krzyży 4/6.

Przewodniczący zapytuje, jakie należy zająć stanowisko wobec jakających się kandydatów do seminarjów nauczycielskich, to jest młodzieży w wieku lat 14—16. Czy, zwłaszcza w lekkich formach, można mieć nadzieję, że kandydat wyleczy się zupełnie, czy też a priori usuwać wszelkich kandydatów jakających się. Prelegentka odpowiada, że co się tyczy leczenia, to wieku lat 14—15 nie uważa wcale za stracony, prognoza zaś jest zawisła od stadium, w jakim rozpoczyna się leczenie; formy kloniczne dają bezspornie rezultaty, formy toniczne mogą je także jeszcze dawać, choć trudniej — formy zaś skomplikowane współruchami dają złą prognozę.

Następnie dr. K o r s a k ó w n a wyraża zapatrywanie, że pacjentów, zgłaszających się do poradni, nie powinien załatwiać nauczyciel, jak się to zdarza, lecz lekarz. Podobne stanowisko zajmuje i prelegentka, która uważa, że do leczenia jakania, które jest chorobą, powołany jest tylko lekarz, on bowiem tylko, biorąc do pomocy anamnezę, badanie kinografionem, osłuchanie krtani, pewne reakcje, może się zorientować, gdzie leży przyczyna choroby i jakiej jest natury. Nie przeczy jednak, że współpraca nauczyciela jest tu bardzo pożądana.

W końcu prelegentka wyraża się z uznaniem o akcji, jaką podjęła Austria i Francja w kierunku leczenia jakających się, i uważa za rzecz bardzo pożądaną, aby i u nas zakładać specjalne szkoły i specjalne poradnie dla tych chorych.

Przewodniczący, dziękując prelegentce za wygłoszenie bardzo interesującego odczytu, oświadcza, że przedstawi odpowiednim czynnikom konieczność organizowania poradni lekarskich oraz szkół specjalnych dla dzieci z zaburzeniami mowy.

Zamykając posiedzenie, przewodniczący zwraca się z apelem do lekarzy szkolnych, by w czasie tygodnia sportowego, urządzanego w najbliższych dniach przez szkoły warszawskie, starali się być na boiskach, gdzie ćwiczą ich szkoły, wykazując w ten sposób zainteresowanie wychowaniem fizycznym młodzieży, powierzonej ich opiece higieniczno-lekarskiej; z drugiej zaś strony lekarze zapewnią w ten sposób młodzieży, w razie jakiegos wypadku, natychmiastową pomoc.

Posiedzenie zakończyło się o godzinie 10.

NA MÓWNICY.

Prawidła gier drużynowych.

I. *Palant*. Gra ta, mimo bardzo gorącego zalecania i popierania jej przez Władze szkolne, nie wzbudziła dotąd większego zainteresowania wśród młodzieży wskutek niejasnych i za trudnych przepisów. Zasada, że drużyna zdobywa punkt czyli metę dopiero wtedy, gdy wszyscy grający w odpowiednim czasie wykonali obieg do mety i z powrotem, utrudniała w wysokim stopniu kontrolę zdobytych punktów zwłaszcza przeciwników, co osłabiało zapał grających, a co gorsze, przy dobrze zgranych drużynach prawie uniemożliwiało uzyskanie punktu. Znam taki wypadek na okręgowych zawodach międzyszkolnych po kilkakrotnem przedłużaniu gry, musiano dla rozstrzygnięcia zwycięstwa dwóch drużyn ciągnąć węzłki. To głównie zniechęcało młodzież do tej gry.

Jedynie w okręgu szkolnym krakowskim, gdzie od dawna stosowano odmienne przepisy, na podstawie których punkt zdobywa dla swej drużyny każdy gracz, który podbił i wykonał obieg — palant zdobył sobie stanowisko gry sportowej na równi z koszykówką, szczypiorniakiem i siatkówką. Na tej zasadzie oparto właśnie nowo wydane Prawidła, i spodziewać się należy, że odtąd gra ta będzie zdobywała sobie coraz więcej zwolenników.

W Prawidłach tych znalazłem jednak jeszcze pewne przepisy, które grę tę niepotrzebnie utrudniają, lub czynią ją niejasną, a które — zdaniem

mojem — przed puszczeniem ich w obieg, powinny być skorygowane. Pozwolę sobie wymienić je.

1. W prawidło 7. przepis, że po odrzuceniu piłki na królestwo biegnący muszą się cofnąć na królestwo lub półmetek, względnie w drodze powrotnej do mety lub półmetka, o ile dalszych miejsc nie osiągnęli, powoduje następujące ujemne skutki w tej grze:

a) Powstają ustawicznie dłuższe przerwy, gdyż wykupujący się po przebiegnięciu 20 a niekiedy 40 m pełną siłą, wracają do oznaczonych miejsc wybiegu powoli wskutek zmęczenia, a przed powrotem ich nie można dać znaku do następnego podbicia.

b) Pomiędzy graczami a nawet całymi drużynami powstają ciągle kłótnie i sprzeczki na temat, czy dany gracz dobiegł do oznaczonego miejsca czy nie, czemu nie można się dziwić, gdyż idzie tu często o powtórzenie dość poważnego biegu, bo blisko 20 m.

c) Sędziemu przychodzi ogromnie trudno stwierdzić, czy biegnący w różnych kierunkach dobiegli do oznaczonych miejsc czy nie i musi ustawicznie odwoływać się do podsędków, których dla zupełnie sprawiedliwego rozstrzygnięcia powinno być aż trzech, t. j. przy królestwie, półmetku i mecie. To obniża autorytet sędziego.

Tych skutków można uniknąć, wprowadzając następującą zmianę na stronie 13 u góry: „Skoro piłka przejdzie granicę królestwa lub jej przedłużenie, biegnący muszą na gwizd sędziego zatrzymać się względnie cofnąć na to miejsce, gdzie ich zastał gwizd i tam czekać na następne prawidłowe podbicie, by biegu dokończyć”.

Wprawdzie i przy tej zmianie mogą jeszcze powstawać sprzeczki co do miejsca zatrzymania się, ale że w tym wypadku idzie grającym zaledwie o różnicę kilku kroków, wykupujący się łatwo ustępują i cofają się na wskazane przez przeciwników miejsce. Podsędków więc wyręczają tu częściowo gracze na polu będący.

W razie uwzględnienia powyższej zmiany należałoby odpowiednio zmienić także ostatnie zdanie w prawidło 17.

2. W prawidło 14 ostatni ustęp na str. 15 u góry jest ogólnikowy i wskutek tego mało jasny, a co do punktów e) i f) może niesprawiedliwy. Dlatego ustęp ten proponuję zastąpić następującym:

„W wypadkach a) i b) sędzia przerywa grę — o ile można — jeszcze przed skutciem i poleca odrzucić piłkę na królestwo a biegnący zatrzymują się w miejscu, gdzie ich zastał gwizd;

w wypadku c) sędzia skutcia nie uznaje i gra bez przerwy toczy się dalej;

w wypadku d) sędzia grę wstrzymuje, piłkę odrzuca się na królestwo a przeszkodzony wraca na królestwo jako wykupiony, nim zaś biegnący zatrzymują się na miejscach, gdzie ich zastał gwizd;

w wypadku e i f) drużyny nie zmieniają miejsc, a każdy gracz na królestwie ma prawo do ponownego podbijania.

(Biegów niedokończonych nieuwzględnia się w dalszym ciągu gry.)”

3. W prawidło 16 przepis na str. 16 wiersz 3 od góry, że po odkuciu się „niedokończone biegi należy na nowo rozpocząć” i t. d. wydaje się mi również niesłuszny. W chwili bowiem skutcia drużyna na królestwie traci już prawo do niego, a temsamem i do obiegów. Przez odkucie się odzyskuje z powrotem tylko królestwo, ale nie prawa względnie obowiązku dokończenia biegów w myśl tak prostej zasady: Jeśli gracz skutą, skutą całą drużyną, a skoro odkuje się czyli wykupi drużyną, wszyscy gracze do niej należący są wykupieni.

Cały ten ustęp należało zmienić w ten sposób: „Jeżeli odkucie się udało, zmiana boisk nie następuje i drużyny wracają na poprzednio zajmowane miejsca, a wszyscy gracze na królestwie mają prawo do ponownego podbijania”.

4. Wypuszczenie palanta z ręki w czasie podbijania może mieć bardzo fatalne następstwa, dlatego i kara powinna być za to przewinienie ostrzejsza. Unieważnienie podbicia, które i tak z reguły jest nieważne, tu nie wystarcza. Za to powinna nastąpić zmiana boisk. Dlatego w prawidło 3 punkt c) należałoby pomieścić w przypadkach, kiedy następuje zmiana boisk t. j. na str. 18.

II. *Kwadrant*. Nowością w przepisach tej gry jest kucie, które zbliża się bardzo do palanta. Czy ten dodatek przyczyni się do jej rozpowszereczenia — wątpię, bo jeśli mamy do wyboru dwie podobne gry, wymagające jednakowego boiska, przyborów i sprawności grających, każdy wybiera grę więcej interesującą a taką bezsprzecznie jest palant.

Zamiast kucia należało raczej wprowadzić z palanta ten przepis, aby i gracz, który nie podbili, przez obieg dookoła kwadratu sami się wykupowali t. j. zdobywali prawo do następnego podbijania. To podniosłoby znacznie wartość gry.

Chorażewka w środku kwadratu nie określa dokładnie „dobrej kampy”. O wiele lepiej spełniłaby tę rolę przekątnia kwadratu, równoległa do granicy królestwa.

III. *Koszykówka*. W tym zeszytce pomieszczono przepisy obu rodzajów gry t. j. w 9-ciu i w 5-ciu. Ma to duże znaczenie dla nauczycielstwa, bo każdy może wybierać jeden lub drugi rodzaj, zależnie od rozmiarów boiska, jakim rozporządza i liczby uczniów w klasie. Przytem przepisy obu rodzajów zbliżono do siebie o ile to było możliwe, co znacznie ułatwi poznanie drugiego rodzaju, skoro się zna jeden.

Przepisy w 5-tkę prawie w zupełności uzgodniono z przepisami wydanymi przez Pol. Związek Gier Sportowych. Szkoda, że pominięto tu (jak i w 9-tce) przy wyliczaniu błędów osobistych w prawidło 6 (wzgl. 8) błąd bardzo ważny, jakim jest „atakowanie przeciwnika z tyłu jedno lub oburącz”, co rozumiem, że nie wolno odbijać piłki z tyłu przeciwnika.

Poza tem uzupełnieniem wskazanem byłoby, zmienić jeszcze w tem prawidło punkt b) w ten sposób: Nie wolno „utrudniać gry przez nakrywanie rękami przeciwnika” (zamiast „sobą schylonego przeciwnika”) oraz w punkcie a) tegoż prawidła dodać słowo (nie wolno) „napierać” albo „przeć” (przeciwnika żadną częścią ciała). Te zmiany przyczyniłyby się bardzo do uszlachetnienia gry.

IV. *Siatkówka*. Podobnie jak przy koszykówce podano i tu oba sposoby grania t. j. w 8 i 6, a że prawidła obu sposobów uzgodniono w zupełności, ograniczono się przy opisie gry w 6 tylko do podania różnic, które dotyczą wymiaru boiska, ustawienia grających i zmiany miejsc.

V. *Szczypiórniak*. W przepisach tej gry zmniejszono wymiary boiska i skrócono do połowy czas gry, przez co uczyniono grę odpowiedniejszą dla młodzieży. Zmieniono także niektóre prawidła, jedne upraszczając, inne rozszerzając. Ważniejsze z tych zmian są:

1. Rzutów wolnych bezpośrednich niema, ale zato, „każdym rzutem wolnym można zdobyć bramkę”.

2. „Rzut karny przyznaje sędzia za popełnione błędy osobiste t. j. niedozwolone zachowanie się względem przeciwnika” na całym boisku. „Pola karnego” jako takiego niema, jest tylko „pole skucia”, dla oznaczenia skutych czyli spalonych.

3. Rzut z rogu następuje nietylko „po wyrzuceniu piłki za linię bramkową przez drużynę broniącą” ale ponadto: a) Jeżeli piłka wpadnie do pola bramkowego dotknięta przedtem przez drużynę broniącą, jednakże bramkarz jej potem nie dotknie”. (Jeżeli w tym wypadku bramkarz dotknie piłki sędzia ma przyznać przeciwnej drużynie rzut karny). b) „Jeżeli bramkarz zwleka z odrzuceniem piłki lub odbije ją nogą, chociaż piłka nie leciała ku bramce, albo przy odrzuceniu przekroczy pole bramkowe”.

W jakim celu wprowadzono te zmiany — nie wiem, ale — zdaje się mi — samej gry one nie uproszczą i nie poprawią. Prawideł gier sporto-

wych, które w społeczeństwie już się przyjęły, nie należałoby poddawać tak gruntownej rewizji, bo to wywoła chaos w grach.

Bardzo natomiast korzystną nowością, wprowadzoną tu jak i w koszykówce, jest przepis, że o zwycięstwie przy równości punktów rozstrzyga większa liczba rzutów karnych, a przy równości i tych, grę przedłuża się po 5 minutowej przerwie aż do uzyskania przewagi 1 punktu lub do najbliższego rzutu karnego.

VI. *Jordanka*. Tym mianem ochrzczył autor grę czeską „hazene” ku czci D-ra Jordana, twórcy ruchu boiskowego w Polsce, gdyż jak zaznacza, grę tę grano w Parku D-ra Jordana w Krakowie już przed 40 laty pod nazwą piłka ręczna albo harpastum. Pod tą ostatnią nazwą umieścił grę w swoim podręczniku „Zabawy i gry ruchowe” Dr. Tokarski.

Gra ta zbliżona jest bardzo do koszykówki i na równi z nią interesująca. A że nie wymaga specjalnych urządzeń, gdyż 2 małe bramki sporządzić można ze zwyczajnych tyczek odpowiedniej długości, powinna być stosowana we wszystkich szkołach, do czego z pewnością przyczynią się nowo wydane, a nadzwyczaj jasno zestawione Prawidła. J. D y c h t o ń.

O jednolitą metodę.

Może spotkam się tutaj z poważnym zarzutem szablonoizowania pracy, zabijania indywidualności wychowawcy fizycznego, przeciwdziałania postępowi i t. d. i t. d. Wszystko to zresztą może będą zarzuty słuszne, ale... jest właśnie „ale”, które w tym wypadku należy przetłumaczyć jako wybieranie z dwójga złego. Drugie zło, to w moim pojęciu okropne błędy, jakie się jeszcze w pracy wychowawców fizycznych dzisiaj bardzo często spotyka. Nie twierdzę głośno i odrazu rzucę tu fakty. Nauczyciel stabilizowany w państwowym gimnazjum wyczuł doskoku z ramionami w pion dla... poprawienia postawy. Nauczyciel-specjalista w siedmio-klasowej szkole powszechnej prowadzi od I-go oddziału (7 rok życia) ćwiczenia Bukha, a od IV-go oddziału (10 rok życia) urządza zawody lekkoatletyczne z biegiem na 100 metrów. Niechże te dwa tylko przykłady usprawiedliwią mój sceptyzm odnośnie próbowania nowych metod i stosowania „na próbę” przez wszystkich, kto tylko zechce, wszystkich ćwiczeń cielesnych.

Kwestja metody ćwiczeń gimnastycznych w dzisiejszych warunkach pracy — to kwestja ważna. Uwzględnić musimy bowiem trudne niezmiernie warunki w jakich większość naszych szkół ciągle pracuje. Brak sal, przyrządów, a często jeszcze i przyborów, to przecież na porządku dziennym poza okręgami zachodnimi¹⁾. W takich warunkach prowadzić wychowanie fizyczne planowo, zajmująco, a przedewszystkiem pożytecznie — to łamigłówna nielada. Ileż się tu musi nabiedzić wychowawca fizyczny, żeby wymyślić coś równie pożytecznego, jak zwis na drabince, o którym wie, że jest pierwszorzędnym ćwiczeniem kształcącym, a drabinek nie może się doczekać już od szeregu lat. A ileż nakłopotac się trzeba, aby uzupełnić sobie latem na boisku ćwiczenia, których z braku sali zimą zupełnie robić nie było można. Jak ułożyć plan całorocznych zajęć, aby faktycznie wielkie cele wychowania fizycznego osiągnąć. A przecież i o tem pamiętać trzeba, żeby wychowanków swych nie znudzić i nie obrzydzić im do śmierci ćwiczeń cielesnych. Oto warunki „radosnej twórczości” wychowawcy fizycznego w pokaźnej, niestety, jeszcze liczbie szkół. Czyż może on jeszcze w takich warunkach myśleć o istotnej twórczości w dziedzinie metodyki ćwiczeń? Myślę, że jeżeli będzie on robił sumiennie to, na co mu warunki pozwalały, to chyba aż nadto.

Weźmy teraz przygotowanie nauczyciela. Musimy sobie otwarcie powiedzieć, że przecież bardzo wielkie braki mamy pod tym względem. Czyż

¹⁾ Również na kresach zachodnich (dop. Redakcji).

bowiem roczne kursy mogły nas przygotować należycie choćby pod względem anatomicznym, bez pracowni, bez prosektorjum? Nieraz nauczyciel skarży się, że nie może sobie z takim czy innym zagadnieniem dać rady i słusznie. Dla mnie nawet nie dziwnym był wypadek doskoku z ramionami w pion, gdyż nauczyciel nie mający należytego przygotowania w zakresie anatomji i fizyki nie umiał sobie zdać sprawy z siły, jaką rozwijają te ramiona, a ponieważ punkty przyłożenia tej siły t. j. stawy barkowe nie są punktami całkowicie ustalonymi, przeto działanie jej musi się przejawiać w zatraceniu tej własnej postawy, o której poprawę nauczycielowi w danym wypadku chodziło. Również i nauczyciel, prowadzący w I kl. ćwiczenia Bukha nie zdawał sobie zupełnie sprawy, z tego, że rozluźnianie stawów, które cechuje przecież ćwiczenia bukhowskie, w tym wieku nie tylko nie jest potrzebne, ale wręcz szkodliwe. Czyż ludzie o tak słabym przygotowaniu mają prawo eksperymentowania ćwiczeń i metod, czy nie słuszniej będzie, jeżeli oni będą tylko sumiennymi wykonawcami cudzych, dobrych i przemyślanych myśli?

Wreszcie ostatnia rzecz, to przecież zupełny brak odpowiednich podręczników. Poza jedynym dzisiaj podręcznikiem metodyki t. j. „Gimnastyka” wizyt. W. Sikorskiego nie mamy nic. Przecież nie można nazwać dobrym podręcznikiem metodyki „Gimnastyki domowej” A. Bertram, w którym poza opisem serji ćwiczeń niema nic; ani też „Gimnastyki kobiet” E. Björksten, napisanego z niezmiernym entuzjazmem i o bezsprzecznie wielkich wartościach psychologicznych, ale za trudnego bezwzględnie dla przeciętnego wychowawcy fizycznego u nas. Obadwa te podręczniki musiałyby być uzupełnione obszernymi komentarzami przez jakiegoś fachowca, aby mogły mieć i u nas zastosowanie. A więc jedyny podręcznik wizyt. Sikorskiego, też zresztą niekompletny, bo brak tam materiału dla pierwszych trzech lat nauczania. Czy w takich warunkach, przy takim braku literatury może być mowa o eksperymentowaniu?

Oto jest to poważne ale, jakie przytoczyłem na wstępie. Oczywiście wiem, że są wśród nas wychowawcy fizyczni stojący całkowicie na poziomie, bo mający najwyższe osiągalne przygotowanie krajowe; znający języki, a więc i literaturę obcą; niektórzy wreszcie znają i pracę zagraniczną, co uzyskali podczas wyjazdów czy kursów poza granicami kraju, — i tych uwagi moje nie dotyczą. To są ludzie, którzy nie tylko mogą, ale powinni robić doświadczenia, skrupulatnie zbierać wszystko to, co uważają za dobre i centralizować gdzieś, aby po uzgodnieniu spostrzeżeń, można było wprowadzać do naszej metody nader pożądane, a pożyteczne uzupełnienia i zmiany. Zastrzec się jednak należy przed dowolnem zupełnie wprowadzaniem tych zmian w osiągalnem dla siebie otoczeniu. Przez tego rodzaju uzupełnienia metoda nie tylko nie zyskuje, ale przeciwnie traci niezmiernie dużo, gdyż tego rodzaju uzupełnienia i poprawki, oparte nieraz na małej liczbie i przytem jednostronnych spostrzeżeń wprowadzają do pracy chaos. Żałować należy, że wizyt. Walerjan Sikorski ustąpił z Ministerstwa W. R. i O. P. nie przeprowadziwszy tej akcji, bo właśnie do stanowiska naczelnego wizytatora ćwiczeń cielesnych winnoby być przywiązane uprawnienie zbierania tego rodzaju doświadczeń, jak również wyznaczanie nauczycieli i szkół, które mogą takie eksperymenty prowadzić. Albo może dobrze byłoby, gdyby doświadczenia zbierał wizytatorzy okręgowi i dostarczali je naczelnemu wizytatorowi na zjazdach wizytatorów, które mogłyby po przedyskutowaniu przyjmować je, lub też kwalifikować do dalszych prób. Niestety, wszystko to jest utopją dopóki stanowisko naczelnego wizytatora jest nieobsadzone, a zjazdy wizytatorów nieraz może nawet i ciekawe nie wynoszą żadnych skryształizowanych rezolucyj.

Wprawdzie instytucja uzupełniających kursów wakacyjnych winnaby do pewnego przynajmniej stopnia wpływać na ujednostajnienie poczynąć metodycznych, niestety jednak na kursy te jeżdżą nauczyciele, którzy i tak

pracują lepiej, zaś nauczyciele zaniedbani na kursy nie jeżdżą i po staremu robią swoje doświadczenia.

Czas wielki z tym stanem skończyć. Czas wielki przerwać te szkodliwe eksperymenty, to szukanie poomacku nowych dróg. Niech tych dróg szukają ludzie, którzy mają odpowiednie przygotowanie, odpowiednią wiedzę i praktykę — my zaś, szary zastęp pracowników, róbmy tylko skrupulatnie to, co już zostało wypróbowane i przyjęte, jako dobre, a napewno dobrze przysłużymy się sprawie. Poprawić można tylko coś określonego, a więc przyjmijmy już dziś, odrazu jedyną metodę ćwiczeń gimnastycznych przedstawioną nam w podręcznikach wizyt. W. Sikorskiego, pracujmy tylko na tej podstawie, nie wytykując, czy jest ona złą czy dobrą. Jeżeli stać nas na to, to obserwacje swoje komunikujmy autorowi, który powoli będzie wprowadzał słusne zmiany i ulepszenia. Ale zaprzestaśmy chaosu, zaprzestaśmy tworzenia metod w każdej szkole i każdym miasteczku. Wtedy łatwiej będzie władzom kierować całokształtem naszych prac, a już bezwzględnie dobrze przysłużymy się sprawie wypracowania idealnej metody w pracach nad wychowaniem fizycznym.

Marjan K r a w c z y k (Warszawa).

O równouprawnienie nauczycieli ćwiczeń cielesnych.

W związku z artykułem w „Wychowaniu Fizycznym” z maja 1930 r. p. t. „Na mównicy z aktualnych zagadnień” w sprawie dokształcenia i uposażenia nauczycieli wychowania fizycznego, którzy ukończyli 1-roczy kurs wychowania fizycznego w latach 1922—25, pozwolę sobie zabrać głos i wypowiedzieć swoje uwagi w tej sprawie.

Słusznie w artykule tym podniesiono, że nauczyciele, którzy nie mieli szczęścia ukończenia 2-let. Instytutu wych. fiz. (gdyż w tym czasie nie istniała jeszcze taka uczelnia) są skazani na wymarcie. Władze szkolne nie dają im możliwości uzupełnienia wiadomości przez pogłębienie wiedzy teoretycznej i praktycznej i zrównania ich wobec ustawy z nauczycielami mającymi 2-letni Instytut. Nauczyciele ci nie mogą się dostać do Instytutu, gdyż władze szkolne nie dają ani płatnych, ani bezpłatnych urlopów, prywatne zaś przerobione materiału wymaganego w Instytucie jest rzeczą niemożliwą, jeżeli się zważy, jak wielki jest nawał pracy wychowawcy fizycznego w szkole.

Czyż ci absolwenci 1-roczy kursów mają ponosić smutne konsekwencje tego, że w tym czasie nie zorganizowano 2-letniego Instytutu?

Ustawa uposażeniowa podzieliła nauczycieli wychowania fizycznego na takich, którym pobory określa się według IX rangi i takich, którym pobory określa się według VIII rangi, mimo to, że wszyscy posiadają jednakowe dyplomy na nauczycieli wych. fizycznego w szkołach średnich i seminarjach.

Poszkodowani wychowawcy fizyczni nie uchylają się od dalszego kształcenia się, idą z postępem czasu; dowodem tego chociażby wakacyjne kursy wychowania fizycznego w Wągrówcu i Wolsztynie frekwentowane przeważnie przez absolwentów 1-roczy kursów wych. fiz. — Należałoby więc dać tym absolwentom 1-roczy kursów możliwość opanowania materiału naukowego 2-letniego Instytutu drogą przeszkolenia na wakacyjnych kursach w przeciagu kilku lat, nawet kosztem tychże wychowawców, a przez to usunąć różnice w uposażeniu wychowawców fiz.

Nauczyciele mający dyplomy na nauczanie ćwiczeń cielesnych w szkołach średnich i seminarjach powinni mieć jednakowe prawa.

Inicjatywę w tej sprawie powinny podjąć sekcje nauczycieli wychowania fiz. przy T. N. S. W., n. p. sekcja krakowska, lub poznańska, jako najbardziej czynne i cieszące się wśród wychowawców fiz. wielkim autoryte-

tem. Należałoby zorganizować zjazd wszystkich absolwentów 1-roczytnych kursów celem wypowiedzenia się i podania sposobu załatwienia tej aktualnej sprawy.

M. D.

KRONIKA.

— P. Elli Björkstén obchodziła w ubiegłym miesiącu 60-lecie swych urodzin. Z okazji tej „Nordisk Kvinno gymnastik”, organ Związku Północnego Gimnastyki Niewieściej, wydał specjalny numer poświęcony wyłącznie swemu wielkiemu i ukochanemu wodzowi. Bo wodzem prawdziwym jest Elli Björkstén dla całej gimnastyki niewieściej krajów skandynawskich, a wpływy jej wielkie zauważyć można w całej nieomal Europie, gdziekolwiek wychowanie fizyczne niewiast idzie drogą racjonalnych ćwiczeń cielesnych. Pracę swą pedagogiczną rozpoczęła w r. 1890 po ukończeniu rocznego kursu gimnastycznego. W trzy lata później dopiero przeszła kurs dwuletni w Centralnym Instytucie w Sztokholmie, gdzie system genialnego Linga z jego głębokim fizjologicznym uzasadnieniem i szlachetną, czystą formą ruchu stał się teoretycznym podkładem dla jej reformatorskiej pracy w dziedzinie gimnastyki niewieściej. O kierunku i wspaniałych owocach tej pracy w nazbyt szczupłych ramach niniejszej notatki pisać niepodobna; są to zresztą sprawy ogółowi naszych poważnie pracujących wychowawczyń i wychowawców fizycznych dobrze znane. Wszak mamy już tłumaczenie polskie pierwszej części podręcznika p. Björkstén, gdzie autorka w sposób jasny i porywający daje nam poznać całe bogactwo swego wielkiego i wszechstronnego talentu pedagogicznego. Po dziś dzień praca jej jako kierowniczkii uniwersyteckiego Instytutu Gimnastycznego w Helsinforsie i przewodniczącej Związku Północn. Gimn. Niewieściej pełna jest oliarności i młodzieńczego zapału dla wielkiej idei. Z całego serca życzymy czciogodnej solenizantce, aby tę swoją pracę jak najdłużej w pełni sił prowadzić mogła — *ad multos annos!*

— Nasz sport widowiskowy w stanie oskarżenia. Na łamach prasy codziennej oraz sportowej rozbrzmiewała w ciągu kilku miesięcy ostatnich żywa a bardzo interesująca dyskusja, w której po raz pierwszy u nas bożyszcze tłumów — sport widowiskowy, uległo druzgocącej krytyce.

W tożde prokuratorowskiej, jeśli tak wolno się wyrazić, wystąpił młody literat (syn założyciela naszego pisma) Stan. PiasECKI na łamach „ABC” warszawskiego. Oto nieco wyjątków z ostatecznych konkluzyj, jakimi on zamyka serię swych artykułów p. t. „Przeciw prądowi”.

„Wkład olbrzymiego kapitału sympatji i pomocy ze strony społeczeństwa i państwa w ruch sportowy, odbywa się kosztem zaniedbania innych dziedzin wychowania fizycznego, tych właśnie, które o zdrowe podstawy oparte, przynoszą społeczne zyski.

„Forsowanie sportu wyciągowego w każdej dziedzinie — pograża w cień niechęć i pogardy wspaniałe walory fizyczne i moralne turystyki i obozowania. Budowa reprezentacyjnych stadionów, welodromów i hippodromów dla widzów, podziwiających wyczyny garstki rekordzistów i mistrzów — pożera olbrzymie sumy, za które można by rozbudować w całym kraju gęstą sieć boisk jordanowskich, przeznaczonych nie na gapiostwo i bicie rekordów, ale na wciągnięcie do wychowawczych ćwiczeń cielesnych szerokich rzesz młodzieży. Fanfary na cześć klubów sportowych, grzęznących w rekordomanji — zagłuszają dawne sympatje społeczeństwa dla ideowej pracy nad wychowaniem fizycznym, prowadzonej przez harcerstwo, sokolstwo i inne stowarzyszenia tego typu.

„Ładujemy kapitał energii w deficytowe przedsiębiorstwo społeczne, brak go natomiast tam, gdzie przyniosłby stokrotne procenty narodowi i państwu.

„Z tem trzeba raz nareszcie skończyć. A przykład powinien pójść z góry od władz państwowych i komunalnych, od instytucji społecznych.

„Ani grosza więcej z funduszków publicznych na budowę trybun, torów wyścigowych, reprezentacyjnych bieżni i stadjonów! Ani grosza więcej na eksport i import gwiazd sportowych. Ani grosza więcej na trenerów dla rekordzistów i mistrzów! Niech sobie — jeśli chcą — załatwiają te sprawy przedsiębiorcy sportowi i skomercjalizowane kluby. Państwo i społeczeństwo w krzewieniu sportu widowiskowo-rekordowego nie ma żadnego interesu, przeciwnie, powinno mu przeciwdziałać, jako złu społecznemu.

„Przeciwdziałać przedewszystkiem przez popieranie tego, co w ruchu wychowawczo fizycznym zdrowe i co zdolne jest przeciwstawić się zwykłoścemu zgangrenowanemu sportowi” („ABC” z 5. X. 30.).

Ale i oskarżony odezwał się nadspodziewanie szczerze, przyznając się do błędu i klęski. Nie trzeba gorszego werdyktu potępienia na moralne wyniki kierunku rekordowo-widowiskowego w sporcie, jak poniższe słowa, które czerpiemy z artykułu wstępnego „Stadjonu” p. t. „Niedobra droga” (nr. 35, z 28 sierpnia b. r.):

„Ubolewaliśmy dawniej zgodnym chórem — czytamy — że społeczeństwo, rząd, szkolnictwo etc. etc. nie popierają jak należy ruchu fizyczno-wychowawczego i nie doceniają jego wartości moralnych. Obecnie, gdy istnieje Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, gdy funkcjonuje Centralny Instytut Wychowania Fizycznego, gdy przed rozpoczęciem roku szkolnego gimnazja, reklamując się w gazetach, wychwalają swe urzędy sportowe, gdy miasta na prześcigi budują stadjony, a uzdrowiska organizują zapamiętałe imprezy, gdy gwiazdy sportu polskiego wyjeżdżają na koszt M. S. Z., gdy wreszcie ustanowienie Państwowej Odznaki Sportowej stawia ostatnią kropkę nad i... — temat ten wdzięczny odpadł raz na zawsze.

Ale zato z coraz większą siłą narzuca się temat inny: stwierdzenie rozpaczliwie niskiego poziomu etycznego naszego sportu, czyniącego, iż wszystkie wychwalane walory istnieją jedynie w teorii, w praktyce zaś sport nasz jest raczej źródłem deprawacji i demoralizacji.

Zonglujemy zręcznie, dla celów propagandy sportowej, pojęciami „solidarność, fair-play, szlachetna rywalizacja, współzawodnictwo lojalne, kult wysiłków i kultura walki”. A z „terenu” przychodzą stale wieści, dowodzące zupełnie czego innego.”

Nie brak też głosu sędziego. Oto dyrektor Państw. Urzędu W. F. i P. W., pułk Kiliński, tak mówi o tej kwestji w artykule p. t. „Ideologia Państw. Urz. W. F. i P. W.”, ogłoszonym w n-rach 8 i 9 „Junaka” (Poznań):

„Umiłowanie rekordu w dzisiejszym sportowym rozumieniu, zaraziliwe kuszenie się o niego i niepowołanych — to stawianie sobie sportu jako celu życia, to profesjonalizm w 999 wypadkach na 1000, choćby się rekordzista bronił całym arsenalem najsprytniej przemyślanych argumentów przed pomawianiem go o zawodowość sportową...”

„Z drugiej strony dążność do specjalizacji, wybujała szczególnie tam, gdzie miesza się cel ze środkami, w sporcie i w wychowaniu fizycznym nie cementuje całości, raczej ją zabija, niszcząc często najcenniejsze jej skarby: fizyczną i duchową harmonję jednostki. Szkody wynikłe są niestety w dość licznych drastycznych wypadkach dostrzegalne dla wszystkich, nawet laików.”

Rozprawę zatem możemy uważać za zakończoną, a wyniki jej są zgodne z zapatrywaniami, jakim oddawna dajemy wyraz w „Wychowaniu Fizycznym”.

— Polonica w prasie zagranicznej. W zesz. 7/8 (lipiec-sierpień bież. roku) *Educatia Fizica* (Bukareszt) wydrukowano obszerną wzmiankę o Cen-

tralnym Inst. Wych. Fiz. na Bielanych pod Warszawą wraz z dokładnym planem zajęć teoretycznych i praktycznych.

Dr. Dufestel, sekretarz generalny Towarzystwa lekarzy-inspektorów szkolnych w Paryżu, studiował w czasie swego pobytu w Polsce nasze instytucje walki z chorobami zakaźnymi, a w szczególności z gruźlicą. Zwiedzał on warszawski Ośrodek Zdrowia na Mokotowie, warszawskie półkolonie wakcyjne i ogródki dziecięce, oraz poznański dzieciniec. Opisując swoje wrażenia w miesięczniku „La Médecine Scolaire”, wyraża się dr. Dufestel o instytucjach polskich z wielkiem uznaniem i stwierdza, że niejednokrotnie przewyższają one analogiczne instytucje francuskie.

P. Oswald Holmberg umieścił w zesz. 7 (z b. r.) *Tidskrift i Gymnastik* (Göteborg) artykuł o kształceniu wojskowych instruktorów gimnastyki i sportów w Polsce, podając m. i. dokładny plan zajęć w Centr. Inst. Wych. Fiz. na Bielanych.

W zesz. 79 (czerwiec—lipiec) *Revue de l'Education Physique* (Bruxelles) znajduje się notatka o przeniesieniu Państw. Urzędu Wych. Fiz. i Przysp. Wojsk. do własnego gmachu w Agrykoli (Warszawa). W związku z tem podano jego skład personalny oraz krótkie sprawozdanie działalności.

— Środki ostrożności podczas burzy. Podczas burzy należy unikać dotykania ścian, luster, kominów, przewodów elektrycznych, unikać przewiewów, na polu stawać między drzewami (nie pod jednym odosobnionym drzewem), albo położyć się na ziemi. Nie należy też w czasie burzy używać telefonu.

— Pływactwo a ratownictwo. Jak bardzo lekceważona jest przez społeczeństwo sztuka pływania, świadczy fakt mnożących się coraz bardziej wypadków zatonięć. Wina to bezwzględnie całego społeczeństwa, które nie tylko nie docenia należycie tej gałęzi sportu, ale wprost lekceważy sobie sztukę pływania, tak niezbędną w życiu każdej jednostki.

Umieć pływać, to znaczy posiadać skarb nieoceniony. Śmiało rzec można, że niema sportu bardziej zdrowego, miłego i pożytecznego, nad pływactwo, i dlatego wśród innych zajmuje ono niezaprzeczalnie pierwsze miejsce.

Wielkie są naprawdę korzyści, jakie osiągamy ze sztuki pływania. Przedewszystkiem wpływa ono bardzo korzystnie na zdrowie. Następnie przyczynia się niemało do rozwoju fizycznego i nabycia zręczności a także hartuje ciało i poniekąd ducha.

Weźmy pod uwagę warunki, w jakich się ten sport rozwija. Gdy pływamy, działają na nas trzy potężne czynniki, a mianowicie: czyste powietrze, pozbawione kurzu, woda i słońce. Jakież zbawczy wpływ na zdrowie mają te trzy czynniki, razem wzięte! I dlatego właśnie śmiało twierdzić można, że żaden inny sport z powyższym pod względem zdrowotnym porównać się nie może. Czyż mogą z nim iść w zawody choćby takie sporty, jak kolarstwo, czy piłkarstwo, które to sporty odbywają się wśród kurzawy, a prócz tego wymagają nadmiernego ruchu, powodując przemęczenie, a tem samem osłabienie funkcji serca?

Gdy chodzi o jakość przyjemności, jakiej dostarcza sport pływania, zgóry zapewnić można przyszłych pływaków, że jest ona pierwszorzędną. Bo czyż może być coś bardziej miłego, jak przestawianie sam na sam z przyrodą i w dodatku w tak bardzo przyjaznych warunkach?

A teraz wzgląd trzeci, ostatni i zarazem najważniejszy, to wzniosła, że tak powiem, strona pływactwa. Ileż to ludzi pada corocznie ofiarą wody, dlatego tylko, że się nie nauczyli pływać! Jakież to szczęście móc przyjść z pomocą tonącemu... Uratować życie ludzkie, nieraz tak bardzo pożyteczne i potrzebne, a przedwcześnie skazane na zagładę. Stawmy się w położenie tonącego, któremu wymknęła się ostatnia deska ratunku... Czem jest dla takiego nieszczęśliwca ręka, niosąca mu ocalenie? A prze-

cież takim wybawcą, dobroczyńcą ludzkości, może być każdy z nas, jeśli tylko w należyтым stopniu posiadzie sztukę pływania.

Cenny ten sport każdemu przyda się w życiu niejednokrotnie i każdemu oddać może nieocenione wprost usługi nie tylko w czasie kąpieli rzecznej, czy wiosłowania, ale także w nieszczęśliwym wypadku, kiedy to człowiek zupełnie niespodziewanie i nieoczekiwanie, w czasie jakiejś katastrofy np. znajdzie się pośród głębokich wód. A gdy pływać nie umie, to co?... To śmierć nieodwołalna!

A więc dla dobra własnego i dobra naszych bliźnich uczmy się wszyscy pływać. Znikomy trud, a korzyści, wynikające stąd, wprost bezcenne. Trzeba się w nie wmyśleć, by je należyście zrozumieć i docenić.

(„Dzien. Bydg.”)

— Alkoholizm i gruźlica niszczą młodzież szkolną. Powszechnie jest wiadome, że stan zdrowia naszej młodzieży szkolnej pozostawia wiele do życzenia; jednak prawdziwą groźbę położenia odmalowują dopiero badania ankietowe i liczbowe, przeprowadzone przez władze sanitarne wśród dziatwy szkół powszechnych, średnich państwowych i prywatnych oraz w seminarjach nauczycielskich. Otóż na podstawie licznych ankiet można przeciętnie określić, że 25% dziatwy szkół powszechnych nie używa wcale alkoholu, 61% pije od czasu do czasu, a 14% pije stale. Odpowiednie cyfry dla szkół średnich wynoszą: niepijących — 27%, pijących od czasu do czasu — 71%, i pijących stale do 2%. Podobnie jak w szkołach powszechnych przedstawia się sytuacja w seminarjach nauczycielskich. Cyfry te są zatrważające. Podjęta przez Ministerstwo W. R. i O. P. w celu zwalczania alkoholizmu akcja propagandowa pod postacią popierania wśród młodzieży szkolnej kół abstynenckich, tworzenia ruchomych wystaw przeciwalkoholowych, odczytów i t. d., wydaje narazie dość małe rezultaty.

Nic dziwnego, że przy tak strasznej zatruciu się młodzieży szkolnej alkoholem, choroby zakaźne, a głównie gruźlica, szerzy poważne spustoszenia. Najgorzej przedstawia się pod tym względem sytuacja wśród młodzieży szkół powszechnych miejskich. Tak na przykład wśród 57.759 dzieci szkół powszechnych w Warszawie, zbadanych przez lekarzy w jednym roku szkolnym, u 1033 czyli u 1,8% stwierdzono gruźlicę płuc otwartą, u 2751 (4,8%) podejrzewano gruźlicę płuc, w 600 (1%) wypadkach stwierdzono gruźlicę kości, gruczołów i skóry, w 3801 (6%) przypadkach stwierdzono powiększenie gruczołów przy oskrzelach (początki zapalenia płuc), a u 21.801 dzieci (38%) znaleziono powiększone gruczoły chłonne. Poza Warszawą np. w Wilnie z liczby 9.250 dzieci, uczęszczających do 40 szkół powszechnych, stwierdzono gruźlicę czynną w 571 przypadkach, przyczem gruźlicę płucną w 310 przypadkach, a gruźlicę gruczołową w 261 przypadkach. Dane dla szkół średnich państwowych i prywatnych, będących pod opieką lekarską, przedstawiają się następująco: na 74.708 chłopców — gruźlica płucna czynna — 1.484, gruczołów — 1.191, kostna — 270, oraz innych narządów — 161, na 48.849 dziewcząt gruźlica płuc czynna — 1.055, gruczołów — 1.376, kostna — 87, oraz innych narządów — 161. Na 11.198 badanych chłopców, uczęszczających do seminarjów nauczycielskich, dane przedstawiają się następująco: gruźlica płuc czynna — 281, gruczołów — 89, kostna — 25 oraz innych narządów — 9, na 12.053 zaś dziewcząt: gruźlica płuc czynna — 266, gruczołów — 166, kostna — 9, oraz innych narządów — 14.

Walka z gruźlicą wśród dziatwy to przedewszystkiem walka o poprawę warunków zdrowotnych budynków szkolnych, warunków domowych zwłaszcza mieszkaniowych, oraz o lepsze odżywianie szerokich warstw dziatwy i młodzieży szkolnej. Niezbędną jest również większa liczba poradni przeciwgruźliczych, liczniejszych półkolonij wakacyjnych, kolonij stałych, szkół w lesie i t. d.

— Jak Polska walczy z gruźlicą. W Warszawie odbyło się doroczne Walne Zebranie przedstawicieli 140 towarzystw przeciwgruźliczych — członków Polskiego Związku Przewodniczącego. Do prezydium zebrania wybrani zostali: prezes krakowskiego Tow. przeciwgruźliczego prof. Latkowski, jako przewodniczący, dr. Brodowicz, nac. wojewódzkiego wydz. zdrowia w Białymstoku, jako wiceprzewodniczący i dr. Żmigród, kierownik wojew. wydz. zdrowia w Poznaniu, jako sekretarz zebrania.

Prezes Zarządu P. Z. P., dyr. dep. służby zdrowia dr. E. Piestrzyński, złożył sprawozdanie z działalności Związku, w którym m. in. oświadczył, że akcja przeciwgruźlicza w Polsce osiąga stopniowo pożądane rozmiary. Liczba poradni przeciwgruźliczych doszła w końcu r. 1929 do 281. Daleko posunięta została sprawa współpracy Związku z samorządami i Kasami chorych, które pośpieszyły z pomocą finansową zamierzeniom Związku. Szczepienia ochronne przeciwgruźlicze w roku ubiegłym b. znacznie wzrosły.

Z kolei dyr. Związku dr. M. Grodecki przedstawił zebrany plan działalności Związku na r. 1931, przyczem zaznaczył, że Zarząd będzie dążył do wyrównania brakujących łóżek szpitalnych i sanatoryjnych, których brak paraliżuje pracę wszystkich poradni. W r. 1928 z pośród 65.242 chorych na gruźlicę zdołano umieścić w zakładach zapobiegawczo-leczniczych tylko 7.532 osób, czyli nie wiele więcej niż 10 proc. Ponadto Związek będzie dążył do opracowania ustawy przeciwgruźliczej.

Przy wyborach uzupełniających do Zarządu Związku wybrano ponownie prof. T. Janiszewskiego, a na miejsce zmarłego dr. Dłuskiego oraz dr. Górskiego i dr. Seweryna Sterlinga, którzy się zrzekli swych stanowisk, wybrano prof. Latkowskiego z Krakowa i dr. Brodowicza z Białegostoku i doc. dr. Sterlinga-Okuniewskiego z Warszawy, na zastępców zaś dr. Wybieralskiego z Poznania, dr. Danielskiego z Tarnopola i dr. Żmigróda z Poznania. Poza tem skład członków Zarządu Związku nie uległ zmianie i przedstawia się jak następuje: dr. E. Piestrzyński (Warszawa) prezes, dr. Cz. Wroczyński (Warszawa) wiceprezes, prof. dr. W. Orłowski (Warszawa), pułk. dr. St. Rudzki (Warszawa), prof. dr. Janiszewski (Warszawa), prof. dr. Latkowski (Kraków), dr. Brodowicz (Białystok), doc. dr. Sterling-Okuniewski (Warszawa), dyr. Krzyżanowski (Kraków) i inni.

— **Errata.** W poprzednim zes. („W. F.” XI, 10) w nekrologu ś. p. prof. E. Ma y d e l l a zakradła się pomyłka — na str. 381 trzeci ustęp od początku artykułu wiersz 2 powinno być: „następstwo po sł a w n y m (zamiast starszym) fizjologu N. C y b u l s k i m”.

— W związku z notatką naszą o odznaczeniu p. Olszewskiej („W. F.” R. XI, zes. 7—9, str. 337) prostujemy, że p. Olszewska nie jest instruktorką, lecz wizytatorką szkół Kuratorjum Okr. Szk. Warszawskiej.

RÉSUMÉS DES PRINCIPAUX ARTICLES ET COMMUNIQUÉS.

Prof E. Piasecki Univ. de Poznań. **L'Éducation physique nationale** (conference, lue devant la Lection de Medecine sociale et d'Hygiène, III Congrédos Medecins Slaves, Spliit 1930r

(Suite et fin.)

Histoire. A part les qualités innées de race et de tempérament, où l'éducateur peut à peine songer à modifier certains détails, il y a encore toute une série de phénomènes psychiques évolués sous l'influence de l'his-

nouveau le mot d'ordre qui nous permettra combattre les exagérations du toire nationale, et décrits par Tymieniecki et autres. Ici, l'éducation peut jouer un rôle plus décisif, en combattant les fautes, et en augmentant les vertus nationales. L'auteur espère que certains exercices du corps (comme la gymnastique) nous donneront de la discipline militaire ou absolue, d'autres (comme les jeux et le scoutisme), de la discipline raisonnée ou sociale. Le tourisme et le travail manuel entraînent à l'endurance; le camping — à la sobriété. Le travail manuel a été introduit dans nos lycées, par l'initiative de Henryk Jordan, surtout pour combattre le manque de l'intérêt pour les problèmes économiques et pour les métiers pratiques. Outre ces défauts du caractère national, il y a également ses vertus qui profiteront de l'éducation physique: le courage, l'enthousiasme, le talent organisateur, trouveront ici bien d'occasion pour leur développement.

Pensée pédagogique nationale. Depuis Konarski et la Commission d'Education Nationale en XVIII-e siècle, jusqu' au Jordan, Szczepanowski, Zarzecki et tant d'autres dans les deux siècles suivants, la Pologne a toujours eu des éducateurs capables de concevoir des méthodes convenant au pays et à la nation. L'auteur passe en revue tout le domaine de l'éducation physique, pour voir ce qu'on a déjà accompli, et ce qu'il convient encore faire dans cet ordre d'idées.

Pour la gymnastique, le temps des grands systèmes qu'on acceptait ou rejetait en totalité, est bien passé. Nous y sommes, tout comme dans les autres branches de science appliquée, réduits à l'éclectisme. Cet éclectisme prend, des grands systèmes d'autrefois, des principes qui se sont montrés durables. Il utilise, en outre, les avantages des nombreuses méthodes modernes. En construisant, des parties ainsi choisies, un ensemble harmonieux, une synthèse, il s'efforce de la faire répondre non seulement aux exigences générales de la science, mais bien aux particularités physiques et morales de notre jeunesse. Une bonne synthèse nationale de ce genre constitue une des plus grandes préoccupations de nos théoriciens et praticiens dans cette branche de l'éducation. La plupart d'éléments y sont empruntés aux méthodes scandinaves modernes qui nous semblent répondre le mieux aux postulats scientifiques. Mais, petit à petit, des innovations originales s'y joignent (comme p. ex. les exercices de réaction, Sikorski).

Nous gardons, aussi, l'organisation originale des jeux scolaires d'après Henryk Jordan (1887). Les Jardins Jordaniens de jeux deviennent de sport moderne. En outre, il ne nous manque pas d'efforts pour perfectionner les jeux scolaires importés. Nommons p. ex. le football polonais, une modification de ce jeu anglosaxon qui garde ses avantages, tout en évitant son unilatéralité. Il faut avouer, néanmoins, que la pensée originale ne fraye son chemin que très laborieusement contre le snobisme qui est un vice national invétéré, combattu déjà par nos meilleurs écrivains du XVI-e siècle.

L'auteur considère l'introduction récente de l'insigne sportif polonais aussi comme un triomphe d'une saine individualisation nationale. C'est une innovation d'origine scandinave. Mais elle permet de fixer, pour chaque nation, et de réformer de temps en temps, les exigences minima d'aptitude physique générale et soutenue au cours d'années successives, selon l'âge, le sexe, et le degré de l'entraînement, qui sont ici la base du succès (contrairement aux records anglosaxons). Mais l'auteur a aussi insisté sur la nécessité de marcher plus loin: vers le sport sans tribunes. Les autorités devraient, à son avis, supporter seulement des efforts sportifs culminant dans la propagation de l'exercice pour tous. Au lieu de combler les tribunes d'une foule qui applaudit mais qui n'a pas l'envie de s'exercer elle-même, il faut utiliser les après-midis de fêtes pour faire éprouver le premier venu l'action bienfaisante de l'exercice: il faut peupler les pelouses des Sociétés.

Un autre postulat de l'éducation physique nationale, c'est la direction utilitaire dans les exercices du corps. Le temps nécessairement court que les programmes scolaires surchargés, et les occupations du métier, nous permettent de consacrer aux exercices du corps, ne peut pas être gaspillé pour des éléments à valeur douteuse. C'est cela qui nous a contraint de rompre avec l'acrobatie allemande aux agrès, en gymnastique. C'est cela aussi qui nous devra amener, selon l'avis de l'auteur, à donner la préférence aux exercices sportifs utilitaires: plus d'applications militaires, plus de tourisme, moins de vaine recordomanie... On y devra lutter avec le mot d'ordre du „sport pour le sport", auquel on opposera le sport pour la nation. On luttera aussi contre les pacifistes acharnés qui rêvent de faire le loup inoffensif, s'il verra la brebis sans garde.

Une autre garantie d'originalité nationale, c'est la formation d'éducateurs et de médecins scolaires, dans les Instituts Supérieurs d'Education Physique des Universités de Poznań et de Cracovie, ainsi que dans l'Institut Central d'Ed. Ph., installé somptueusement à Bielany-Varsovie. D'autant plus qu'ils sont, en même temps, des centres du travail scientifique, à côté de laboratoires à part, fondés par les Universités de Lwów et de Varsovie.

Internationalisme. Nous devons constater franchement la dé faite définitive de l'internationalisme sportif conçu comme l'idée olympique ressuscitée. Contrairement aux désirs de ses initiateurs (avec P. de Coubertin à la tête), il n'a mené que plus rapidement, et dans une échelle mondiale, au même résultat de professionalismisme qui avait tué, au cours de l'histoire, l'éducation physique des grandes nations orientales, de la Grèce, de Rome, de la chevalerie médiévale. Outre les professionnels manifestes, il y a le cancer du professionalismisme clandestin qui démoralise la vie sportive jusqu'au fond. Au lieu d'un moyen pédagogique des plus efficaces, ce sport spectaculaire est devenu dépravateur de la jeunesse, ce qu'on avoue, à présent, même dans notre presse sportive. Du côté physique, les résultats de ce mouvement ne semblent pas être beaucoup plus encourageants. Ce que les investigations récentes ont fourni (surtout à l'occasion de l'olympiade de St. Moritz et d'Amsterdam), peut être résumé ainsi: Etats pathologiques fréquents et manifestes, décelés par les roentgenogrammes dans l'appareil moteur (Baetzner). Etats moins manifestes, se trouvant sur la limite même de la maladie, dans plusieurs appareils internes. Ils semblent bien transitoires, mais nous ne savons pas encore s'ils ne donnent pas, par répétition fréquente, des troubles durables de la santé.

Faut-il alors condamner l'internationalisme qui a pourtant donné, dans beaucoup d'autres domaines, des résultats superbes? Non; mais c'est le mode de l'émulation internationale dans notre domaine qui doit être réformé. Ce n'est pas le record mondial dans les efforts musculaires maxima qu'on doit mettre comme base de comparaison. Il ne nous donnera jamais du bien. Par contre, les nations doivent concourir pour créer chacune une sa synthèse nationale des moyens d'éducation physique, et en obtenir les meilleurs résultats. Les Congrès Internationaux d'Hygiène Scolaire et d'Education Physique doivent devenir les olympiades modernes, où les nations du monde feront de l'émulation à l'aide des statistiques, des appareils d'investigation, des films d'exercices physiques (qui sont destinés à prendre place des voyages coûteux et plutôt nuisibles d'équipes sportives). L'auteur souhaite, de la même manière, une émulation dans notre domaine entre les nations slaves, émulation qui est déjà bien préparée par les Congrès médicaux, ainsi que par les fêtes des Sokols slaves.