

WYCHOWANIE FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY HIGJENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMII I STOWARZYSZENIACH, ORGAN MIĘDZYUCZELNIANY STUDJÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO (STUDJUM W. F. UNIwersYTETU POZNAŃSKIEGO, STUDJUM W. F. UNIwersYTETU JAG., CENTR. INST. WYCH. FIZ. NA BIELANACH) POLECONY PRZEZ MIN. W. R. I O. P., PAŃSTW. URZĄD WYCHOW. FIZYCZN. I PRZYSP. WOJSKOW., KURATORJA OKR. SZKOLNYCH. ZASZCZYCONY NAGRODĄ Z FUNDACJI G. PIRAMOWICZA.

REDAKTOR NACZ.: PUŁK. DR. Z. GILEWICZ, WARSZAWA — CENTR. INST. WYCH. FIZ.

OLGA DEWOSSERÓWNA
magister Wych. Fiz.

Badanie zmęczenia umysłowego, wywołanego ćwiczeniami cielesnymi^{*)}

Z Zakładu Higjeny Uniwers. Jagiell.

(Dokończenie).

WŁASNE BADANIA PRZEPROWADZONE METODĄ PUNKTOWANIA.

W Polsce o ile wiadomo mi nikt jeszcze nie badał dotychczas jaki stopień zmęczenia umysłowego wywołują stosowane obecnie ćwiczenia cielesne.

Celem przekonania się jak wpływa dzisiejszy sposób prowadzenia ćwiczeń cielesnych na wywołanie zmęczenia umysłowego, przeprowadziłam szereg doświadczeń w szkołach krakowskich. Badania wykonałam metodą punktowania. Metoda ta została wprowadzona do badań szybkości ruchów dowolnych i zastosowana do badań masowych przez amerykańskiego uczonego *Gilberta*, a rozpowszechniła się pod

^{*)} Powyższą pracę nadesłano Redakcji w dniu 7.IV. 1932 r.

nazwą tapping — testu. Polega na zapełnianiu punktami pewnej ograniczonej przestrzeni z największą szybkością w ściśle oznaczonym czasie. Punktować można ołówkiem na papierze, lub papier nakłuwać igielką przez naciskanie palcem klucza telegraficznego. Metodę tę w formie stawiania punktów na papierze stosowali pierwsi *Binet* i *Vaschied* do badań szybkości ruchowej i do badań nad znaczeniem współzawodnictwa.

Dąbrowski zastosował ją po raz pierwszy w tej formie do badań nad zmęczeniem, opierając się na założeniach, że: 1) „Stopniowi zmęczenia lub jego brakowi odpowiada stopień aktywności woli, 2) Wyrazem aktywności woli jest każda czynność psychofizyczna. Cechy zmęczenia występujące w niej świadczą o osłabieniu aktywności woli. Osłabienie to zostało wywołane przez samą czynność lub poprzednie czynności lub przeżycia. 3) Punktowanie jest czynnością psychofizyczną”.

Metoda punktowania wykazuje na ile aktów, których wyrazem są punkty, wykonane przez ruchy mięśni, może się wola w ograniczonym czasie zdobyć. Wahanie zaś ilości punktów, wykonanych w pewnym oznaczonym czasie wskaże osłabienie aktywności woli, czyli będzie wskaźnikiem zmęczenia.

Czasem jednak zainteresowanie, nastrój lub inne jakies czynniki mogą wywołać stan pobudzający, który chwilowo może ukryć działanie zmęczenia. Istnieją też indywidualne różnice co do sposobu i szybkości punktowania. Ale mimo to zapomocą metody punktowania można dojść do pewnych ogólnych wniosków co do wpływu, jaki wywierają ćwiczenia cielesne na organizm.

Badania zmęczenia przeprowadziłam więc w trzech szkołach krakowskich a mianowicie: 1) w Prywatnem Seminarjum Nauczycielskiem żeńskiem, 2) w Państw. Seminarjum żeńskiem i w Gimnazjum Państwowem żeńskiem w Krakowie.

W Seminarjach odbyło się po c z t e r y badania na dwóch kursach, w Gimnazjum po s z e ś ć w dwu klasach, razem było wszystkich badań d w a d z i e ś c i a (20).

Przed rozpoczęciem badań w krótkich słowach wyjaśniłam uczniom cel i sposób przeprowadzania doświadczenia, następnie rozdałam potrzebne do punktowania kartki podzielone na 6 równych pól. Na kartkach tych u góry uczennice napisały imię i nazwisko, wiek i datę. Gdy wszystkie już miały odpowiednio wypełnione kartki i przygotowane ołówki, na dane hasło rozpoczęły punktować kolejno w sześciu polach, przechodząc co 5" do nowego pola. Po 30" na hasło koń-

cowe natychmiast przerwały punktowanie i oddały kartki. Punktowanie odbywało się zawsze bezpośrednio przed i po gimnastyce.

Podczas lekcji wykonałam pomiary temperatury, wilgotności i ruchu powietrza (t. zw. siły oziębiającej powietrza) zapomocą katetermometru Hilla i psychrometru wirowego, gdyż warunki atmosferyczne w znacznym stopniu wpływają także na wydajność i wynik pracy. Wysoka temperatura i duża wilgotność bardzo szkodliwie działają na ustrój człowieka i powodują szybkie i znaczne zmęczenie. Badania Hilla wykazały, że człowiek czuje się dobrze i może wydawnie pracować tylko wtedy, gdy suchy katetermometr wskazuje liczbę około 6, a wilgotny około 18.

Pierwsze badanie odbyło się dnia 36. XI. 1930 we środę na II-gim kursie Pryw. Sem. Naucz. Próba odbyła się w klasie, bo znajdowała się ona w pobliżu sali gimnastycznej, więc przechodzenie z klasy do klasy nie uspokoiło uczenic tak, by zmęczenie mogło ustąpić. Uczenicom wygodnie było punktować siedząc w ławkach szkolnych. Po skończonem punktowaniu, uczennice przeszły do sali gimnastycznej. Lekcja gimnastyki była normalna, przeprowadzona wesoło, niektóre ćwiczenia odbywały się przy muzyce (fortepian). Po ukończonej lekcji gimnastyki odbyło się znowu punktowanie w klasie. Udział w próbie brało 20 uczenic, przeważnie 16 letnich. Gimnastyka była drugą lekcją, przed nią zamiast religji było zastępstwo p. Dyrektora.

Drugie doświadczenie odbyło się w podobny sposób znowu z drugim kursem dnia 28. XI. 1930 r. w piątek. Lekcja gimnastyki o bardzo słabem natężeniu, niektóre ćwiczenia powtórzone z poprzedniej lekcji. Gimnastyka była trzecią lekcją, bezpośrednio przed gimnastyką była lekcja języka francuskiego. Na pierwszej lekcji było posiedzenie gminne. Udział w punktowaniu brało 19 uczenic.

Dnia 3. XII. 1930 we środę przeprowadziłam trzecie badanie z tym samym kursem, Lekcja gimnastyki (druga lekcja szkolna) była energicznie prowadzona, ćwiczenia dość silne. Przed gimnastyką była religja. Punktowało 20 osób.

Dnia 10. XII. 1930 r. we środę odbyło się czwarte i ostatnie badanie w Sem. Pryw. z II-gim kursem. Lekcja gimnastyki mniej ożywiona jak zwykle. Na pierwszej lekcji była religja. Udział w doświadczeniu brało 15 uczenic.

W podobny sposób przeprowadziłam badania w Seminarjum Państw. żeńskiem na I-szym kursie, z tą tylko różnicą, że punktowanie odbywało się w sali gimnastycznej, a nie w klasie ze względu na

znaczną odległość sali gimnastycznej od klasy. Wiek badanych wynosił od 15—16 lat.

Pierwsza próba odbyła się dnia 28. II. 1931 w sobotę. Gimnastyka była lekcją I-szą. Ćwiczenia zwykłe, lekcja ożywiona.

Drugie badanie na tym samym kursie przeprowadziłam 5. III. 1931 we czwartek. Lekcja gimnastyki mało ożywiona. Gimnastyka lekcją trzecią, przedtem była matematyka.

Czwarte badanie przeprowadziłam dnia 14. III w sobotę. Lekcja gimnastyki pierwsza, ćwiczenia dość natężone.

W Gimnazjum Państw. Żeńskim przeprowadziłam badania nad zmęczeniem również zapomocą metody punktowania w klasie III-ciej i VII-mej. Obie klasy należały do oddziałów zdolniejszych uczenic. W każdej klasie odbyłam po 6 badań. Uczennice punktowały stale w sali gimnastycznej.

Klasa III A.

Dziewczynki miały przeciętnie po 13 lat.

Pierwsza próba odbyła się dnia 2. III. 1931 r. w poniedziałek. Gimnastyka była pierwszą lekcją, była przeprowadzona energicznie i z ożywieniem.

Dnia 6. III. w piątek odbyła się druga próba. Gimnastyka była trzecią lekcją, przedtem były dwie lekcje fizyki (ćwiczenia). Niektóre ćwiczenia gimnastyczne miały formę zabawy.

Trzecie badanie odbyło się 3. III. 1931 w poniedziałek. Lekcja gimnastyki była pierwszą, prowadzona wesoło i energicznie. Wyścig piłek był wtrąconą zabawą.

Czwarte doświadczenie wykonałam w piątek dnia 13. III. 1931 r. Gimnastyka lekcją trzecią, na pierwszych dwóch była fizyka. Piąte badanie przeprowadziłam w poniedziałek 16. III. 1931. Gimnastyka była pierwszą lekcją, stosowano zabawę bieżną.

Dnia 20. III. w piątek przeprowadziłam w tej klasie ostatnie 6-te badanie. Gimnastyka była trzecią lekcją, przedtem dwie lekcje fizyki, zamiast ćwiczeń gimnastycznych odbywała się gra w siatkówkę.

Klasa VII A.

Uczennice przeciętnie w wieku lat 17.

Pierwsza próba odbyła się dnia 2. III. 1931 w poniedziałek. Gimnastyka była trzecią lekcją, poprzednio były dwie lekcje ćwiczeń chemicznych. Gimnastykę prowadzono wesoło i z ożywieniem.

Dnia 4 marca 1931 odbyło się drugie badanie we środę. Gimnastyka była drugą lekcją, na pierwszej była historia. Ćwiczenia gimnastyczne były łatwe, niewysilające.

Dnia 3. III. w poniedziałek przeprowadziłam badanie trzecie. Gimnastyka była lekcją trzecią, poprzednio były ćwiczenia chemiczne (2 lekcje). Całą lekcję wypełniła gra w siatkówkę.

Czwarte badanie przeprowadziłam 11. III. 1931 we środę, gimnastyka była drugą lekcją, pierwszą była historia. Ćwiczenia stosowano silne, ale bardzo ożywione.

Dnia 16. III. 1931 przeprowadziłam piąte badanie w poniedziałek. Gimnastyka była trzecią lekcją, poprzedzały ją dwie lekcje ćwiczeń chemicznych. Lekcja gimnastyki intensywna z dużą ilością skoków.

Ostatnie t. j. szóste badanie odbyło się 18. III. 1931 r. we środę. Gimnastyka była drugą lekcją — poprzednia — historia. Ćwiczenia gimnastyczne zwykłe, znaczna wesołość na lekcji.

OPRACOWANIE STATYSTYCZNE WYNIKÓW BADAŃ I WNIOSKI.

Wyniki badań obliczono zgodnie z zasadami teorii statystyki. Ogółem przeprowadzono 20 badań masowych w 4-ch różnych klasach. Ilość wszystkich osób zbadanych wynosiła 334. Różnice w ilości punktów przed i po gimnastyce, oznaczone są przez średnie arytmetyczne. Ilość punktów we wszystkich badaniach razem wziętych przed gimnastyką wynosiła 61.736, a po gimnastyce 61,001. Z tych liczb obliczono średnie arytmetyczne (M). Średnia arytmetyczna dla wszystkich badań wynosiła:

1) Przed gimnastyką	184'8
2) Po gimnastyce	182'6

Widzimy więc, że po gimnastyce średnia ilość punktów była mniejsza, przyczem różnica między temi średniami wynosiła 2:2. Wskazuje to na istnienie zmęczenia po gimnastyce, lecz naogół niezna-
cznego, o czym świadczy niewielka różnica między średniami. Że róż-
nica ta jest rzeczywista, a nie przypadkowa, udowadnia nam to odpo-
wiednio mały błąd średni dla tych wielkości, a jeszcze w większym
stopniu błąd dla różnicy między temi średniami. Błąd średni obli-
czono według wzoru $\frac{\sigma}{\sqrt{N}}$ (znaczenie σ podano przy obliczeniu współ-

czynnika korelacji, $N =$ ilość osób). Błąd średni wraz ze średnią arytmetyczną wszystkich badań wynosi:

przed gimnastyką	$184'8 \pm 0.12$
po gimnastyce	$182'6 \pm 0.11$
Błąd dla różnicy między średnimi wynosi:	$2'2 \pm 0.163$

Widzimy więc, że błąd ten jest bardzo mały (nie przekracza nawet 20-tej części tej różnicy), co potwierdza, iż różnica pomiędzy średnimi arytmetycznymi dla wszystkich badań razem wziętych jest rzeczywista, wykazuje więc, że istotnie zachodzi zmęczenie po gimnastyce.

Jednak stopień zmęczenia na ogół jest bardzo nieznaczny. Świadczą o tym średnie punktowania przed i po gimnastyce z poszczególnych klas.

Widzimy, że tylko w dwóch wypadkach można było stwierdzić istnienie rzeczywistego zmęczenia po gimnastyce; w innych natomiast albo zmęczenia nie było zupełnie, albo było ono wątpliwe. Mianowicie w 7-miu wypadkach zmęczenia nie było, w 11-tu zaś było wątpliwe.

Ostatnie uważamy za wątpliwe z tego powodu, że różnica pomiędzy średnimi punktowania przed i po gimnastyce była zbyt mała, a ilość spostrzeżeń była niewystarczająca.

Dwa wypadki, w których można było stwierdzić, że zmęczenie istniało rzeczywiście są następujące:

- 1) lekcja na II-gim kursie Sem. Pryw. dnia 10. XII. 1930;
- 2) w trzeciej klasie gimnazjalnej dnia 16. III. 1931.

Na II-gim kursie była to lekcja gimnastyki zwykła, ćwiczenia niewytężające, jednak wyjątkowo tego dnia było brak zainteresowania ćwiczeniami i ożywienia na lekcji, co prawdopodobnie przyczyniło się do wywołania zmęczenia.

W trzeciej klasie odnośna lekcja była prowadzona bardzo wesoło, w czasie lekcji stosowano zabawę bieżną. Możliwie, że właśnie ta zabawa spowodowała u uczenic zmęczenie, gdyż były to dziewczynki w wieku przejściowym, który jak wiemy charakteryzuje się nadmiernym przeculeniem nerwowym, oraz zmniejszoną sprawnością serca i systemu krwionośnego.

Dlatego też zabawy i gry nieco intensywniejsze wywołują u dzieci w tym wieku nieraz i bardzo znaczne zmęczenie.

Zestawienie ogólne badań.

Badania	Wzory matematyczne		Osób	Średnia ilość punktów przed gimn.	$M_y = \frac{\sum y}{N}$	Współczynnik korelacji $r = \frac{\sum xy}{\sqrt{\sum x^2 \sum y^2}}$	Błąd prawdopodobny dla współczynnika $n = \pm 0,675 \frac{1}{1-r}$	Średnie odchylenie dla x $\sigma x = \sqrt{\frac{\sum x^2}{N}}$	Średnie odchylenie dla y $\sigma y = \sqrt{\frac{\sum y^2}{N}}$	Błąd średni dla x $\frac{\sigma x}{N}$	Błąd średni dla y $\frac{\sigma y}{N}$	Błąd dla różnicy między średniami $\sqrt{(\sigma x)^2 + (\sigma y)^2}$
	Data	Klasa										
1	26 XI 1930		20	188	187	0,65	0,09	25,29	23,01	5,6	5,1	0,9+7,57
2	28 XI 1930	II-gi kurs sem. państw.	19	186	184	0,89	0,04	21,34	22,19	4,9	5,1	2,7+0,7
3	3 XII 1930		20	178	176	0,90	0,19	12,18	12,17	2,7	2,7	2+3,82
4	10 XII 1930		15	183	178	0,44	0,14	3,66	2,23	0,94	0,56	4,9+1,09
5	28 II 1931	I-szy kurs sem. państw.	24	198	205	0,38	0,03	25,50	16,10	4,8	3,2	-7+5,82
6	5 III 1931		23	197	186	0,58	0,13	17,60	18	3,6	3,8	10,5+5,23
7	12 III 1931		24	190	184	0,74	0,06	23,30	15,90	4,7	3,2	5,6+5,68
8	14 III 1931		17	189	182	0,76	0,07	15,20	12,10	3,6	2,9	7+3,37
9	2 III 1931		13	160	168	0,17	0,02	11,50	11,30	3,2	3,1	8,5+4,45
10	6 III 1931	III-cia klasa	17	175	168	0,65	0,13	12,91	13,19	3,1	3,2	6,3+4,45
11	9 III 1931		15	167	162	0,38	0,16	12,79	15,58	3,3	4,03	4,9+5,20
12	13 III 1931	gimnaz.	17	169	165	0,46	0,12	14,00	12,50	3,4	3,03	4+4,55
13	16 III 1931		14	177	164	0,73	0,09	14,35	11,75	3,8	3,1	13+4,90
14	20 III 1931		15	177	166	0,80	0,09	13,30	14	3,4	3,6	5,4+4,92
15	2 III 1931		13	180	187	0,56	0,19	13,10	13,01	3,6	3,6	6,4+5,09
16	4 III 1931		11	192	193	0,68	0,11	19,00	19,10	5,7	5,8	0,6+8,13
17	9 III 1931	VII-ma klasa	11	192	197	0,85	0,06	11,25	11,47	3,4	3,4	4,9+4,80
18	11 III 1931	gimnaz.	11	195	203	0,86	0,05	13,20	16,80	4	5,1	8,6+4,8
19	16 III 1931		18	199	194	0,63	0,09	12,60	13,40	2,9	3,2	5+4,31
20	18 III 1931		17	196,1	196	0,76	0,11	17,00	19,70	4,12	4,8	0,3+6,32
20			4	334	182,8	0,72	±0,0177	2,16	1,99	0,12	0,11	2,2+0,163

O g ó l n y w y n i k b a d a ń:

Tablica korelacji między punktowaniem przed (x) i po (y) gimnastyce.

x \ y	130-139	140-149	150-159	160-169	170-179	180-189	190-199	200-209	210-219	220-229	230-239	240-249	250-259	260-269	Razem f	y	f _y	f _y ²	f _{xy}	f _x	f _{xy} ²	
130-139				1											1	-5	25	-2	10			
140-149		2	2	2											6	-4	16	-18	72			
150-159		5	6	6	3		2								22	-3	9	-66	198	-51	153	
160-169	1	4	11	17	6	4	1								44	-2	4	-88	176	-93	186	
170-179	1		4	15	24	14	4								62	-1	1	-62	62	-67	67	
180-189			6	5	22	23	10	4	3						73	0	0	0	0	-23	0	
190-199				1	9	16	17	9	1	4					57	+1	1	+57	57	+43	43	
200-209				1	1	5	8	6	4	4		1			30	+2	4	+60	120	+51	102	
210-219				1	1	2	2	6	8	3	1				24	+3	9	+72	216	+52	156	
220-229						3			4						7	+4	16	+28	112	+12	48	
230-239							1	1		1	1				4	+5	25	+20	100	+12	60	
240-249									2			1			3	+6	36	+18	108	+12	72	
250-259															0	+7	49	0	0	0	0	
260-269															1	+8	64	+8	64	+8	64	
Razem f	2	11	29	49	66	67	45	26	22	12	2	2	0	1	334			18	1334	-64	1033	
x	-5	-4	-3	-2	-1	0	+1	+2	+3	+4	+5	+6	+7	+8								
f _x	-10	-44	-87	-98	-66	0	+45	+52	+66	+48	+10	+12	0	+8	-64							
f _x ²	50	176	261	196	66	0	45	104	198	192	50	72	0	64	1574							

Załączone zestawienie ilustruje wyniki badań punktowania w poszczególnych klasach.

Zestawiając wszystkie badania razem otrzymałam dwa szeregi statystyczne, mianowicie punktowanie przed (1-den) i (2-gi) po lekcji gimnastyki, przeto zrobiłam próbę oznaczenia, czy i w jakim stopniu zachodzi korelacja między temi zmiennymi. Jak wiadomo wyrazem korelacji jest jej współczynnik, który może wahać się w granicach od plus do minus 1; jeżeli współczynnik korelacji = 1, korelacja jest pozytywna i zupełna, jeżeli — 1 korelacja jest negatywna i zupełna, jeżeli zaś współczynnik ten = 0, nie zachodzi żadna współzależność. Korelacja może być słaba lub silna, zależnie od tego, czy współczynnik korelacji zbliża się do 0 czy do 1. Dla wyliczenia współczynnika korelacji potrzeba przedewszystkiem oznaczyć odchylenie średnie. Aby to odchylenie otrzymać należy najpierw obliczyć moment „pierwszego“ i „drugiego“ stopnia dla zmiennych x i y . Momenty te obliczamy przy pomocy załączonej tablicy korelacyjnej.

Tablica ta ułożona jest w następujący sposób: w kolumnach pionowych podane są liczby wszystkich punktowań razem wziętych przed gimnastyką, w szeregach zaś poziomych — po gimnastyce. Obliczenia dalsze wykonałam sposobem uproszczonym przyjmując równomierne odchylenia od warunkowo przyjętych średnich w stronę + i —. W ten sposób otrzymałam szereg X i kolumnę Y . Następnie obliczyłam t. zw. „moment 1-go i 2-go stopnia“.

Moment I-szy dla x :

$$x V_1 = \frac{\sum f x}{N} = \frac{-64}{334} = -0.192$$

Moment II-gi dla x

$$x V_2 = \frac{\sum f x^2}{N} = \frac{1574}{334} = 4.715$$

Moment I-szy dla y

$$y V_1 = \frac{\sum f y}{N} = \frac{18}{334} = 0.054$$

Moment II-gi dla y

$$y V_2 = \frac{\sum f y^2}{N} = \frac{1334}{334} = 4$$

Znając te momenty można już otrzymać odchylenie średnie dla x i dla y .

Odchylenie średnie dla x^2

$$\sigma x^2 = x V_2 - x V_1^2 = 4'679$$

Odchylenie średnie dla x

$$\sigma x = \sqrt{x V_2 - x V_1^2} = 2,16$$

Odchylenie średnie dla y^2

$$\sigma y^2 = y V_2 - y V_1^2 = 3'997$$

Odchylenie średnie dla y

$$\sigma y = \sqrt{y V_2 - y V_1^2} = 1'99$$

Z tych wielkości możemy już obliczyć współczynnik korelacji według następującego wzoru:

$$r = \frac{\Sigma xy}{N \sigma x \sigma y}$$

Wzór można rozłożyć tak:

$$r = \left\{ \frac{\Sigma fxy}{N} - X V_1 \cdot y V_1 \right\} \left\{ \frac{1}{\Sigma x \Sigma y} \right\}$$

Po podstawieniu odpowiednich liczb (patrz tablica korelacyjna) otrzymamy:

$$r = \left[\frac{1033}{334} - (0,192 \cdot 0,054) \right] \cdot \left(\frac{1}{2,16 \cdot 1,99} \right) = 0,72$$

W celu sprawdzenia, czy współczynnik nie jest przypadkowy obliczono błąd prawdopodobny współczynnika korelacji według formuły.

$$n = \pm 0,675 \frac{1 - r^2}{\sqrt{N}}$$

Po podstawieniu odnośnych liczb otrzymamy:

$$n = \pm 0,675 \frac{1 - 0,52}{\sqrt{334}} = \pm 0,0177$$

Błąd prawdopodobny powinien być przynajmniej trzy razy mniejszym od wartości współczynnika korelacji. W naszym wypadku błąd ten jest tak mały, że współczynnik ten musimy uważać za prawidłowy.

A więc współczynnik korelacji r wraz z błędem wynosi:

$$r = 0,72 \pm 0,0177$$

Współczynnik ten jest duży, co oznacza, że korelacja między punktami przed i po gimnastyce jest wielka, ale niezupełna. Gdyby korelacja była zupełna, to r byłoby równe lub bardzo bliskie jedności. Oznaczałoby to, że stopień zmęczenia był po każdym ćwiczeniu u wszystkich uczenic jednakowy. W naszym zaś wypadku widzimy, że korelacja nie jest zupełna, co wskazuje na to, że nie wszystkie ćwiczenia były dla uczenic jednako męczące, albo, że nie wszystkie uczennice jednakowo na ćwiczenia reagowały.

Warunki atmosferyczne nie mogły działać męcząco, ponieważ były zwykle dobre i wahały się w niewielkich granicach, wobec czego nie mogły one wpłynąć ujemnie na organizm. Katatermometr suchy wynosił zawsze więcej niż 5, często 6 lub więcej, a wilgotny wahał się między 16—19.

Wilgotność względna tylko w dwóch wypadkach przekraczała 50%.

Sądzę, że główną przyczyną, iż ćwiczenia cielesne prawie nie wywołują dziś zmęczenia, jest terażniejszy sposób prowadzenia lekcji gimnastyki. W Zakładach, w których przeprowadzałam badania, uczą gimnastyki siły nauczycielskie z odpowiedniem ku temu wykształceniem. Toki lekcyjne układane są według nowych metod nauczania gimnastyki, poszczególne grupy ćwiczeń są umiejętnie rozłożone i odpowiednio dobrane do każdego wieku. Stosuje się też dużo ćwiczeń dodatkowych, urozmaiconych i dlatego to dzisiejsza gimnastyka nie wywołuje zmęczenia w takim stopniu jak dawniejsza.

Wiemy, że uczeni jak *Wagner*, *Richter* i inni uważali dawniej gimnastykę za przedmiot wywołujący zmęczenie w bardzo wysokim stopniu, gdyż wtenczas do nauki gimnastyki stosowano system niemiecki z bardzo intensywnymi ćwiczeniami na przyrządach. Była to raczej akrobatyka, niż prawdziwe ćwiczenia cielesne. Obecnie gimnastykę prowadzi się według systemu szwedzkiego o zreformowanych metodach nauczania. I tu stosuje się prócz ćwiczeń wolnych też i ćwiczenia na przyrządach, lecz przyrządy te są odpowiednio dostosowa-

ne do organizmu ludzkiego. Ćwiczenia na przyrządach są teraz przeplatane łatwemi, wtrąconemi ćwiczeniami, które wpływają łagodząco na występowanie zmęczenia.

A że i teraz od czasu do czasu stosuje się lekcje gimnastyki bardziej natężające i te mimo ożywienia powodują chwilowe zmęczenie, tego nie uważam za złe. Natomiast starannie należy unikać stałego przemęczenia, któreby szkodliwie oddziaływało na organizm ćwiczących uczennic.

Zależy też dużo od nauczycielki gimnastyki, czy potrafi dostosować odpowiedni tok przy nauce gimnastyki do lekcyj z innych przedmiotów, które ją poprzedzają lub po niej następują, aby nie wywoływać znacznego zmęczenia.

Dlatego ważnem zadaniem jest tak uporządkować zajęcia szkolne, by ćwiczenia cielesne miały swoje należne im miejsce obok innych przedmiotów naukowych i by nawzajem nie przynosiły sobie szkody, lecz przeciwnie by wzajemnie się wspierały. W takich razach zmęczenie nie będzie zbyt duże.

Planowe wychowanie fizyczne musi znaleźć miejsce wśród innych przedmiotów, chociażby przyszło nawet cokolwiek ograniczyć wymagania naukowe.

Należy dbać o harmonijne wychowanie intelektualne i fizyczne, a unikać wszelkiej jednostronności, bo tylko w ten sposób można osiągnąć prawdziwy cel wychowania.

Znana reformatorka gimnastyki kobiecej p. Elli Björkstén kładzie bardzo wielki nacisk na jednolitość w wychowaniu pod względem psychicznym i fizycznym.

Oto jej słowa: „Gdyby między duszą a ciałem panowała zupełna harmonja, spełnione zostałoby idealne pojęcie człowieka nie tylko intelektualnie i fizycznie stojącego wysoko, lecz posiadającego także radość życia”.

U nas jeszcze zbyt małą uwagę przykładają do wychowania fizycznego. Dużo pedagogów jest jeszcze dziś przekonania, że ćwiczenia cielesne służą tylko za rozrywkę po przedmiotach naukowych, a wcale nie doceniają ich wartości pedagogicznej.

Do takiego traktowania gimnastyki przyczynił się brak ukwalifikowanych wychowawców ćwiczeń gimnastycznych, których obecnie jest już co raz więcej. Zdrowie i przyszłość młodzieży leży w ich ręku.

Przy napisaniu tej pracy wyświadczył mi wielką pomoc WPan

Prof. Witold Gądzikiewicz, udzielając mi cennych wskazówek i potrzebnych dzieł, za co składam Mu jak najszczerze podziękowanie.

Przy opracowaniu tematu posługiwałam się następującymi dziełami i rozprawami:

- 1) Angello Mosso: Znużenie, w polskiem tłumaczeniu Flauma, Warszawa 1892.
- 2) Dr. Koczyński: Higijena szkolna, zbiór rozpraw, Warszawa 1921.
- 3) Dr. J. Jotejko: Metoda testów umysłowych i jej wartość naukowa, W-wa 1924.
- 4) P. Z. Dąbrowski: Punktowanie jako metoda badania zmęczenia umysłowego, Kraków 1925.
- 5) Janina Bortkiewiczówna: Zastosowanie punktowania jako metody badania zmęczenia 1925 (Archiwum Higijeny, Tom III, zeszyt 1-szy 1928 r.).
- 6) Dr. St. Kot: Historia wychowania, Kraków 1924.
- 7) Prof. Dr. W. Gądzikiewicz: O wentylacji i sposobach badania jej sprawności, Kraków 1926.
- 8) Dr. H. Sokołowska: Zastosowanie katatermometru Hilla w szkołach, Kraków 1929 r.
- 9) W. Sikorski: Gimnastyka, Lwów 1928.
- 10) Elli Björkstén: Gimnastyka kobiet (tłum. J. Mayówna), Kraków 1929.
- 11) Robert Rusk: Pedagogika eksperymentalna, przeł. Ziembicki, Lwów 1926.
- 12) Dr. K. Karaffa-Korbut: Zarys higijeny, Wilno 1924.
- 13) Dr. H. Rowid: Psychologja pedagogiczna, Kraków 1930.
- 14) Dr. Richter: Unterricht und geistige Ermüdung, 1895.
- 15) Dr. Ludwik Wagner: Unterricht und Ermüdung, Berlin 1898.
- 16) Dr. Max Offner: Die geistige Ermüdung, Berlin 1928.
- 17) H. Sippel: Leibesübungen u. geistige Leistung, Berlin 1927.
- 18) Dr. Eugenjusz Piasecki: Zarys teorii wych. fizycznego, Lwów 1931.

A. K.

Bournville—Fabryka w ogrodzie.

(Dokończenie).

Youth Club of Bournville — Klub Młodzieży w Bournville. Społeczność młodzieży męskiej w Bournville jest najciekawszą organizacją firmy. Włożono w nią najwięcej energii, myśli i woli i osiągnięto na tym terenie takie rezultaty, że można nie wpadając w przesadę powiedzieć, że jest ona czemś jedynem w swoim rodzaju nie tylko w Anglii, ale i na kontynencie. Jeżeli ideałem, do którego dąży nowoczesna pedagogika jest harmonijny rozwój umysłu i ciała, którego rezultatem jest dzielna i zdrowa psychicznie jednostka, pożyteczna dla społeczeństwa, to śmiało można powiedzieć, że w Bournville zbliżono się do tego ideału tak blisko, jak to tylko w możliwościach ludzkich leżało. Praca, odpoczynek, rozrywka, kształcenie się, wychowa-

nie fizyczne i życie społeczne stapia się w tyglu organizacji młodzieży w Bournville w harmonijny efekt wypadkowy, którym jest pełne czynne i świadome życie młodego człowieka. Bliższe informacje znajdzie czytelnik w: 1) *The Thirty — first Annual Report, — 1930 of the general Federation of Trade Unions.* 2) *C. A. Harrison B. A. Camps and Tours for Industrial Workers.* 3) *A century of Progress 1831—1931 — Bournville.* 4) *The Factory and the Recreation — Bournville.*

Klub młodzieży został założony w 1900 roku. Liczył wówczas 107 członków — obecnie liczy ich ponad 1000. Zakładając ten klub, chcieli założyciele rozwijać nie tylko sport i atletykę, lecz pragnęli stworzyć instytucję, w której by młodzież fabryczna znalazła ujście dla wszelkich swych zainteresowań, wciągając ją do współpracy w instytucjach społecznych i oświatowych zakładów.

Organizacja klubu, działalność, tereny, budynki.

Każdy chłopiec i młody człowiek, wstępujący do firmy staje się automatycznie członkiem klubu, którego statut składa się zaledwie z kilku punktów, które ogólnie można ująć w ten sposób: „Członkowie klubu zawsze są „gentlemen“ i prowadzą się w taki sposób, aby utrzymywać na wysokim poziomie imię klubu“. Zależnie od wieku zostaje nowowstępujący zaliczony do sekcji juniorów, lub seniorów, na które to sekcje klub się dzieli. Do seniorów należą chłopcy od 18-tu lat. Pragnąc rozwinąć wśród chłopców poczucie odpowiedzialności i zmysł społeczny, rozszerzono w 1919 r. bardzo znacznie samorząd młodzieży. Jest rzeczą charakterystyczną, że pragnienie samorządów wśród młodych, wzrastało równoległe z rozwijaniem się Rady Fabrycznej, która jest wynikiem dążności samorządowych wśród starszych. Stworzono komitet młodzieży (wyłącznie chłopców), który jest Radą Fabryczną w minjaturze. Komitet młodzieży zajmuje się całokształtem spraw, obchodzących młodzież i stanowi rząd klubu. Skład komitetu jest następujący: 12-tu przedstawicieli wybieranych na jeden rok z poszczególnych oddziałów fabryki, 7-miu przedstawicieli firmy — jeden z nich jest dyrektorem klubu (obecnie jest nim p. C. A. Harrison B. A., drugi sekretarzem, dwaj inni są członkami Rady Pedagogicznej, Diennej Szkoły Doksztalającej. Na zebraniach przewodniczą kolejno przedstawiciele firmy i młodzieży. Dwaj przedstawiciele komitetu młodzieży wchodzi do połączonych komitetów terenowych, dwaj inni wchodzi do Mniejszego Trybunału Dyscyplinarnego. Organem doradczym komitetu młodzieży jest Komitet Klubowy, złożony z przedstawicieli wszelkich rodzajów działalności klubu, gdyż

każdy rodzaj działalności posiada swego przedstawiciela, niezależnie od tego, czy tworzy sekcję, czy nie. Jest to więc ciało o zmiennej ilości przedstawicieli 15—50 — bardzo elastyczne i nadzwyczaj czułe na wszelkie zamiłowania i nastroje wśród członków klubu. Znaczenie jego jest wyłącznie doradcze, a autorytet zależy jedynie od działalności. Na zebrania komitetu klubowego zapraszani są stale dawni członkowie klubu — starzy chłopcy, — którzy służą młodym radą i pomocą. Sekretarz komitetu młodzieży prowadzi całą administrację klubu i współpracuje z Wydziałem Oświatowym firmy; dotyczy to głównie takich spraw, jak organizowanie rozmaitych kursów, szkół obozowych, wycieczek na kontynent i t. p. Firma ponosi koszty wszelkich instalacji i ulepszeń, dostarcza umeblowania klubowi i łoży na potrzeby klubu rocznie sumę, równą tej, którą zbiera komitet młodzieży drogą składek. Działalność klubu jest wszechstronna i obejmuje pracę, wykształcenie, rozrywki, wychowanie fizyczne, i życie społeczne członków. Klub posiada liczne sekcje, które nie są jednak czemś przymusowem w organizacji klubu; wymienię tylko najliczniejsze: 1) hockeju'owa, 2) kolarska, 3) orkiestrowa, 4) fotograficzna, 5) tenisowa, 6) kręglowa, 7) palantowa. O ile sekcja ma z racji swego charakteru jakieś specjalne wydatki, wówczas płacą członkowie składkę. Z gier na świeżem powietrzu najpopularniejszą jest futbol. W ciągu roku gra zwykle 12—15 drużyn. Drużyny tworzą się w ten sposób, że klub wywiesza ogłoszenie, że grupa chłopców, chcących utworzyć drużynę, ma wybrać kapitana. Kapitan podaje nazwiska graczy i sprawa jest na tem zakończona. Członkowie klubu przechodzą kurs wychowania fizycznego równoległe z nauką w dziennej szkole doksztalającej, pod kierunkiem fachowych instruktorów. Bardzo dużo uwagi poświęca się obozownictwu i wycieczkowaniu. Latem organizuje klub obozy letnie nad morzem, lub w górach — obozy te wchodzą w ogólny program wychowania fizycznego i są obowiązkowe dla wszystkich poniżej 18-tu lat. Koszta obozów pokrywa dla junjorów w wysokości 1/3 firma. Poza obozami letnimi wchodzą do programu wychowania fizycznego krótsze wyprawy i wycieczki dwudniowe w sobotę i niedzielę (raz na miesiąc) przez cały rok, dodając do tego obozy organizowane przez Dzienną Szkołę doksztalającą, widać jak wielką wagę przywiązuje się w Bournville do wycieczkowania. Co roku organizuje klub wyjazd na kontynent np. zimą do Szwajcarii i t. p.

Klub obowiązany jest prowadzić dwa kluby w okolicy: 1) dla zaniedbanych dzieci, 2) dla chłopców na przedmieściach Birmingham.

Ma to na celu uspołecznienie młodzieży w Bournville. Dawniej mieścił się klub w dwóch budynkach, oddzielnie junjorzy i oddzielnie seniorzy; obecnie posiada klub jeden własny gmach, wyposażony w wielką salę gimnastyczną, lokale klubowe, sale bilardowe, salę odczytową z kinematografem i t. p.

Tereny wypoczynkowe w Bournville.

Łącznie z organizacjami klubowymi istnieje w Bournville 40 drużyn rugby, i futbolu, 31 hockey'u, 34 palanta, 37 tenisowych, 26 kręglowych, 21 piłki siatkowej. Do tego dochodzą jeszcze gracze niestowarzyszeni głównie w tenisie. Ogółem jest na terenach w Bournville; 16 placów futbolowych, 2 do rugby, 16 do palanta, 9 hockey'owych, 43 tenisowych, 4 kręglarnie, 4 place do piłki siatkowej i dwa krokietowe. Istnieje znaczna liczba pracowników nie lubiących sportów, za to zamiłowanych w ogrodnictwie. Dla tych osób wydzielone są specjalne tereny ogrodnicze w Rowheath Grounds i koło fabryki; miłośnicy ogrodnictwa mają do swej dyspozycji 344 działki — 290 dla starszych, 54 dla młodzieży. Działki te są przez pracowników od firmy dzierżawione i dochody z ogrodów stanowią własność dzierżawców, a fundusz powstały z czynszów przejmują połączone komitety terenowe.

Uwagi ogólne.

Rozpatrując ogólnie organizację Cadbury Brs. Ltd. widać, że oparta jest ona na jaknajszerszych demokratycznych podstawach. Że te wszystkie komitety, rady, sekcje, wydziały i komisje pracują harmonijnie, przypisać według mnie należy właściwościom specyficznym zbiorowości angielskiej, która umie w jakiś cudowny sposób połączyć indywidualizm z kolektywną pracą społeczną i tam, gdzie tego trzeba, postawić na czele jednostkę, jak np. w Youth Club of Bournville. Drugą przyczyną jest jak sądzę t. zw. „konserwatyzm“ Anglików, który właściwiej by zwać „metodyzmem“. Prawie każda organizacja angielska jest rezultatem szeregu eksperymentów próbnych i przyjmuje trwałą formę dopiero po przebyciu próby życia; np. Dzienne Szkoła Dokszałcająca w Bournville. Metodyzm ten przebija wyraźnie poprzez wszystkie poczynania w Bournville. Postawiwszy tezę naczelną, że wychowanie fizyczne jest elementem ogólnego wychowania młodego człowieka, eksperymentowano w Bournville tak długo, aż stworzono organizację, zdolną do zrealizowania jej. Uspołeczniając młodzież czyniono próby dopóty, dopóki nie natrafiono na sposób właściwy, który zdał egzamin życiowy. Przez wychowanie

młodzieńca na jednostkę pożyteczną dla zbiorowości, realizuje się ideał wychowania państwowego. Bournville jest nie tylko wielkim warsztatem pracy dla tysięcy obywateli angielskich, ale i ośrodkiem zdrowia społecznego na wiele mil dokoła.

Oceny książek.

Mjr. Henryk Gąsiorowski. „Przewodnik po Beskidach Wschodnich”. Cz. II. Pasma Czarnohorskie. Książnica Atlas, Lwów — Warszawa, 1933.

Przewodnik obejmuje część Karpat Polskich na wschód od Sanu po Karpaty Bukowińskie oraz przylegające do nich oba czechosłowackie odcinki konwencyjnego pasa turystycznego. Ze spisu treści dowiadujemy się, że przewodnik zajmuje się nie tylko turystyką letnią, ale także zimową i wyczerpuje kwestje nadawania się Beskidów Wschodnich pod tak dziś powszechnie uprawiane sporty śniegowe.

Ponadto podaje dużo informacji potrzebnych tym, którzy z Karpat chcą korzystać jako z terenu najlepiej w Polsce przez naturę wyposażonych lotnisk.

Obok części turystycznej, przewodnik uwzględnia również zwięzłe stroną krajoznawczą, służąc pewnymi wskazówkami także osobom, które w Karpaty się wybierają nietylko z pobudek turystycznych, ile dla poznania ich przyrodzonych właściwości. Na podkreślenie zasługuje treściwy etnograficzny opis huculczyzny z kalendarzem i słownikiem, zawierający nie mniej wiadomości o tak wysoce praktycznym znaczeniu, jak użycie pod

wierzch słynnego konia huculskiego, lub korzystanie przez turystów ze spławaczki Czeremoszami, jako środka komunikacyjnego.

Autor, były pedagog, znany zresztą jako pierwszy krzewiciel sportu narciarskiego wśród młodzieży szkolnej, nie zapomniał o swojej dawnej roli i uwzględnił w przewodniku sprawę także wycieczek szkolnych, którym został poświęcony osobny rozdział w części ogólnej, obejmujący między innymi spis jednodniowych wycieczek szkolnych, z wszystkich miast odległością swą od Karpat umożliwiającą robienie takich wycieczek.

Ważną zaletą przewodnika jest widoczna z każdego miejsca troska autora o aktualność wszystkich informacji po ostatni moment, dzięki czemu stworzył obraz Karpat Wschodnich zgodny z dzisiejszym stanem uwzględniający w nim wszystko to, czem nacechowały je przemienne w doniosłe wypadki i zmiany ostatnie lata. Mamy na myśli przedewszystkiem wypadki wojny światowej, która właśnie na terenie Beskidów Wschodnich miała tak krwawe epizody (przewodnik zawiera daty również i o grobownictwie wojennym a w części szczegółowej wspomnienia ważniejszych wydarzeń w danym miejscu), następ-

nie wyczerpuje w zupełności doniosłe zmiany, które w ruchu turystyczno-lotniskowym wprowadziło wskrzeszenie niepodległej Polski, a przede wszystkim związany z tem niesłychany rozwój gospodarki turystycznej Polskiego Towarzystwa Tatrzańskiego, zobrazowane w przewodniku po ostatni dzień; uwzględnione wreszcie są wszystkie zmiany, które wywołały straszliwe powodzie, głównie fenomenalna powódź z r. 1927.

Przewodnik uzupełnia szereg treściwych schematycznych mapek poszczególnych działów Beskidów Wschodnich, następnie okolice szczególnie przez turystów odwiedzanych, wreszcie obu odcinków polsko-czechosłowackiego konwencyjnego pasa turystycznego z siecią znaczonych barwami dostępow na szczyty. Na podkreślenie zasługuje mapka sieci dróg samochodowych, która będzie znakomitem uzupełnieniem dotychczasowych map samochodowych Polski, traktujących Beskidy Wschodnie po macoszemu. Wreszcie dodano do przewodnika szkice ważniejszych panoram tak, że i w ten jeszcze sposób przewodnik po Beskidach Wschodnich stanie w zupełności na równi z zagranicznymi, górskimi przewodnikami turystycznymi.

Przewodnik bardzo dobry; odda niewątpliwie wielkie usługi nie tylko turystyce, ale badaczowi - przyrodnikowi — zwłaszcza geologowi, który na jego podstawie będzie sobie mógł opracować miejsca pobytu i punkty z których prowadzić będzie badania.

Dr. A. Kelus.

Czarkowski - Golejewski K. por. „Sp. AEU”. 13 dni lotu nad A z ją. Warszawa, Główna Księgarnia Wojskowa, 1932.

Książka, która ukazała się pod tym tytułem, zawiera niezmiernie ciekawy opis wrażeń z niezwyklej podróży, odbytej do egzotycznego Wschodu przez lotnika - amatora. Czarkowski-Golejewski nie jest bowiem lotnikiem zawodowym. Z zawodu jest oficerem kawalerji, który lotnictwo traktuje jako sport i stąd jego lot zasługuje na specjalną uwagę. Nasze lotnictwo sportowe znajduje się dopiero w załążku, a rozwijają je odniedawna aerokluby. Polski samolot sportowy na dalekich szlakach egzotycznych jest zatem wyjątkiem i rzadkością, nie-spotkaną dotychczas w lotnictwie zagranicą. Tem więcej uznania należy się brawurowemu pilotowi, który z taką fantazją i niesłychaną odwagą szybuje nad dalekimi pustyniami i puszczami.

Trasa, którą przebył autor, prowadziła z Rzymu przez Grecję, Syryję, Persję, Indie, Sjam do Japonji.

Celu jednak nie udało się całkowicie osiągnąć, gdyż katastrofa w Sjamie, z której wyszedł ciężko ranny, przerwała dalszy lot.

Trzydzieści dni trwania podróży dały możność dokonania wielu obserwacji z przebytych krain, zwłaszcza Indyj, które pociągnęły autora swą tajemniczością kultury, egzotyczną przyrodą, oraz ciekawym splotem zagadnień politycznych i religijnych. Bystre oko obserwatora, styl gładki i ogromna zdolność narracyjna sprawiają, że „Sp. AEU” czyni na każdym czytelniku niezatarte wrażenie.

Książka ujęta została w piękną szatę zewnętrzną, w której wydawca szukał nowych dróg do rozwiązań graficznych.

Książkę zdobili A. Girs i B. Barcz rysunkami i trawestacjami fotograficznymi o nieprzeciętnej wartości artystycznej.

Z prasy polskiej.

Zakład psychologii wychowawczej U. W. Kierownik *Stefan Baley*.

Opracowanie wyników dotyczących zainteresowań młodzieży (przeprowadzonych przez Min. W. R. i O. P. w związku z reformą programów szkolnych. „Polskie Archiwum Psychologii”, Kwiecień—Wrzesień 1932.

Bogaty materiał ankiet został ujęty na 234 stronach. Prace zakładu Psychologii Wychowawczej są przedstawione w postaci 29 artykułów przez prof. Baley, Janinę Neudingową, Ewę Rybicką, Iną Lewinówną, Kazimierą Ożarowską, Witolda Sławińskiego, Zofję Mórąwską, Irenę Chmieleńską, Adelę Poznańską, Ligję Żółkiewską, Irenę Skowronkówną, Różę Czaplinską - Mutermilichową, Halinę Kornówną.

W pracy się zaznacza, że materiał ankiet nie został całkowicie wykorzystany i że osoby, interesujące się specjalnymi zagadnieniami, znaleźć w nim mogą odpowiedź nie na jedno pytanie. Mimowoli nasuwa się wątpliwość, czy różnice proporcji różnych odpowiedzi pozwalają na wyciąganie pewnych wniosków w kwestiach zbyt szczegółowych. Materiał pochodzący z 10 gimnazjów (5 męskich i 5 żeńskich) zawierał naogół 2414 odpowiedzi, w tem 1238 odpowiedzi chłopców. Materiał ten przy opracowaniu wyników był podzielony na klasy, przeciętnie posiadające około 150 odpowiedzi. Jeżeli teraz uwzględnić znaczną liczbę porównywanych odpowiedzi i wielkość „błędu prawdopodobnego” procentu przy tak nielicznych liczebnościach, to wyda się, że najracjonal-

niejszy użytek z tego materiału polegałby na doszukiwaniu się ogólnych trendów raczej, niż szczegółowej analizy.

Ogólne wnioski i syntetyczny rzut oka podaje prof. Baley w artykułach końcowych. Zaznacza on konieczną ostrożność w posługiwaniu się metodą ankiety. Metoda ta, która się zaleca jedynie wtedy, gdy brak jest innego sposobu zebrania informacji, jest z natury ograniczoną do najbardziej ogólnych wniosków. Jednakże są wypadki, w których metoda ankiety jest jedyną metodą stwierdzającą zachodzące zjawisko, np. gdy chodzi o stwierdzenie gustu albo kryteriów piękna, z natury rzeczy subiektywnych. Ankiety tu omawiane dotyczą zainteresowań młodzieży. Jest to rzecz częściowo subiektywna. Zainteresowanie, które przeobraża się w aktywność skierowaną ku tym czy innym łożyskom, stanowi dla wychowania wartość obiektywną o bezpośrednim znaczeniu. Subiektywne zainteresowanie, nie ujawniające się w pracy czynnej, może najwyżej służyć materiałem dla spekulacji na temat potencjalnych możliwości młodzieży. Zresztą część subiektywnego zainteresowania niewątpliwie zależy od werbalizmu, uwarunkowanego przykładem społecznym i chodzącymi modnymi frazesami.

Wyniki ankiety zasadniczej, wypełnionej przez dzieci, sprawdzone były w pewnej mierze ankietami dla wychowawców i nauczycieli. Wszystkich ankiet było 8: tak zwana trzydniowa, Filozoficzno-polityczna, historyczna, geograficzna, przyrodnicza, literacka, dla wychowawców i dla nauczycieli. Wyniki tych ankiet, wzięte w całości, niewątpliwie malują cenny obraz i dają ciekawą perspektywę dróg,

któremi idzie zainteresowanie młodzieży.

Więc przedewszystkiem młodzież pragnie a k t u a l i z a c j i nauki. Żywi ona zdrowe zainteresowanie tem, co stanowi terażniejszość, albo jest z terażniejszością bezpośrednio związane. Literatura współczesna znajduje wyższy odźwięk w upodobaniu młodzieży, niż literatura doby romantyzmu. Młodzież chce, żeby w szkole można było się nauczyć orientacji w stosunkach prawnych i ekonomicznych codziennego życia. W związku z ankietą historyczną młodzież się żali, że nauczanie historii zawiele poświęca uwagi rzeczom umarłym, jak czasy średniowieczne, a zamało historii współczesnej, wielkiej wojnie, czasom obecnym. Młodzież by nie chciała formalizmu i pedanterji w nauczaniu historii, języków starożytnych i t. d. Zamiast szczegółowego przerabiania historii na odcinku europejskim młodzież by pragnęła wprowadzić szersze perspektywy: padają głosy za wprowadzenie historii chińskiej, indyjskiej i innych narodów niż klasyczna Grecja i Rzym, to w celu lepszego zrozumienia terażniejszości, która przedewszystkiem i ponad wszystko młodzież interesuje.

Z porównania odpowiedzi różnych klas na pytanie: „jakie postacie historyczne najbardziej cię interesują?” uwidacznia się przejście od zainteresowania przeszłością do zainteresowania terażniejszością w miarę tego, jak klasy stają się starsze. Tak np. tylko pierwsza klasa objawia zainteresowanie postacią Bolesława Chrobrego, tylko druga — postacią Kazimierza Wielkiego, tylko do czwartej klasy trwa zainteresowanie Jadwigą; natomiast zainteresowanie takimi postaciami jak Napoleon i Piłsudski zaczyna się dopiero w piątej klasie, stopniowo wzrastając aż do ósmej. Postacie Kościuszki i Józefa Poniatowskie-

go zaczynają wzbudzać zainteresowanie od pierwszej klasy, które z biegiem czasu stopniowo rośnie, prawdopodobnie wskutek tego, że postacie te stoją niejako na rozdrożu między terażniejszością a przeszłością.

Podobnie się ma rzecz z zainteresowaniami w dziedzinie geografji: młodsze dzieci interesują się więcej krajami oddalonymi, jak Japonja, Chiny, Indje i t. d., podczas gdy starsze takiej wyraźnej preferencji nie objawiają.

Fakt, że dzieci młodsze interesują dziedziny bardziej oddalone od terażniejszości, starszych zaś — bardziej zbliżone może być poniekąd wytłumaczony programem nauczania. Historia zaczyna się od czasów bardziej oddalonych, stopniowo posuwając się ku terażniejszości.

Interesującym, oczywiście, jest pytanie: ze względu na co młodzież w tak dużej mierze interesuje się terażniejszością? Chyba nie ze względu na przełomowy charakter naszej epoki, który dla wielu dorosłych czyni życie obecne niezmiernie interesującym, chociaż trudnem i niepewnem. Młodzież z pewnością nie zdaje sobie sprawy, że dzisiejsza cywilizacja europejska siedzi na wulkanie. W podejściu młodzieży do terażniejszości można wyodrębnić 3 momenty: u t y l i t a r y z m, s p e k u l a t y w i z m i zagadnienie m o t y w a c j i.

Utylizaryzm wyraża się w zainteresowaniu młodzieży praktyczną i stosowaną stroną nauczania; spekulatywizm — w interesowaniu się takimi metafizycznymi zagadnieniami jak początek albo koniec świata i t. p.; zagadnienie motywacji dominuje znaczną część zainteresowań młodzieży: objawia się ono w żywym zaciekawieniu motywami działalności bohaterów dziejowych, świętych, proroków; istotą charakteru człowieka, własną osobowością, zagadnieniami

psychologicznymi. Młodzież przytem wyraża swą reakcję uczuciową wobec tej czy innej motywacji bohaterów powieści. Np. ćwierć uczennic ósmej klasy „rozumiała najlepiej” ze wszystkich bohaterów Żeromskiego charakter Ewy Pobratymskiej... w kierunku usprawiedliwienia jej motywacji (jedna osoba się wyraziła, że Ewa Pobratymaska „zasługuje na głęboki szacunek”). Reakcje te są niezmiernie cenne, bo odzwierciadlają niejako charakter motywacji naszej młodzieży. Niech wychowawcy i filozofowie wychowania rozważają, czy motywacja Ewy Pobratymskiej powinna być wzorem wychowawczym dla młodych dziewcząt. Ankieta stwierdza, że tak jest w znacznej części. Nie przydadzą się tu lamenty, załamywanie rąk, palenie i zakazywanie książek: zło należy prześledzić do jego przyczyn i leczyć w korzeniu. A co jest przyczyną o tem ankieta nie mówi, i nie jest to zresztą jej zadaniem. Spełnia ona cenną rolę, gdy wykrywa istnienie pewnych faktów. Ich geneza należeć musi do innego rodzaju badań: analizy motywacji całego społeczeństwa doby obecnej.

M. O.

H. Olszewska. L e k c j a g i m n a s t y k i. Dziennik Urzędowy Kuratorium Okręgu Szkolnego Warszawskiego. N. 2/1933 r.

W wyżej wymienionym Dzienniku Urzędowym ukazał się artykuł pióra wytrawnej znawczyni wychowania fizycznego, pani wizytatorki H. Olszewskiej p. t. „Lekcja gimnastyki”.

Autorka zaczyna od bardzo trafnej uwagi, że lekcja gimnastyki wydaje się niespecjalistom wartościową, jeżeli nauczyciel prowadzi ją żywo i wesoło, a także panuje nad gromadą dzieci, które wykonują ćwiczenia efektywne oraz dodaje, że lekcja taka, mimo

swych walorów niekiedy może być zła, a nawet wręcz szkodliwa dla ustroju dziecka.

Istotnie, bywałem nieraz świadkiem prowadzenia lekcji gimnastyki, zwłaszcza w klubach sportowych przez instruktora, uważanego za siłę pierwszorzędną, a która urągała wprost podstawowym zasadom teorii i metody gimnastyki.

Dalej naszkicowane zostały wymagania, jakie winny być stawiane każdej lekcji gimnastyki. Chodzi tu mianowicie o to, by ćwiczenia były dobrane celowo oraz ściśle uzasadnione i oparte na podstawach anatomo-fizjologicznych, z uwzględnieniem potrzeb psychiki młodzieży, jak słusznie podkreśla to autorka.

W artykule znajdujemy również podział zasobu ćwiczebnego, jakim mamy operować w szkole, na trzy grupy według prof. Piaseckiego, oraz krótkie jego uzasadnienie.

Następnie omawia autorka znaczenie, jakie posiada tok lekcyjny przy prowadzeniu gimnastyki oraz trudności, jakie wynikają zwłaszcza przy doborze ćwiczeń dla najrozmaitszych etapów rozwoju dziecka. Dalej roztrząsa się tam podział toku, zasadnicze cele poszczególnych jego części oraz wrażliwości i cel rozmaitych rodzajów ćwiczeń, wchodzących w skład lekcji gimnastyki. Miejsca te, jak zresztą i inne części artykułu, tu i ówdzie poprzepłatanie są nader cennymi wskazówkami natury metodyczno-dydaktycznej.

Omówiona również została przez autorkę krzywa natężenia w lekcjach gimnastyki, a w związku z nią istota stopniowania w nauczaniu gimnastyki. Przy omawianiu krzywej powołuje się autorka nietylko na doświadczenia praktyków, ale również na badania słynnego fizjologa belgijskiego dr. Govertsa.

W związku z omawianym artykułem, pragnę poruszyć jeszcze dwie kwestje zdaniem mojem niezmierniej wagi, o których w nim jest mowa. Pierwsza z nich brzmi: „ćwiczenia w tej części zawarte, muszą nosić charakter pracy wybitnie dynamicznej, wykonane też być powinny w tempie żywym o rozległych granicach ruchu”. Druga zaś ściśle wiążąca się z pierwszą, dotyczy dobrego nastroju, który autorka uważa, jako niezbędny warunek dla osiągnięcia dobrych rezultatów z lekcji gimnastyki.

Jeżeli chodzi o przewagę w lekcjach gimnastyki dynamicznej, którą wprowadzili w Danji Niels Bukh w gimnastyce męskiej, a Agneta Bertram w kobiecej, zaś prof. Lindhard uzasadnił to posunięcie praktyków naukowo (porównaj). Z prasy obcej: E. Hansen. *Atmung und Kreislauf bei Körperlicher Arbeit*. Wychowanie Fizyczne N. 7—9 (1932), to sprawa ta u nas doniedawna ogromnie szwankowała, a nawet przez niektórych była zwalczana.

Z prasy obcej.

A. L. Winsor. *Z a h a m o w a n i e a u c z e n i e s i ę* (inhibition and learning). *Psychological Review*, vol. 36, No. 5, 1929.

Autor interesuje się zagadnieniem negatywnej adepcacji przy powtarzającej się i działającej w pozytywnym kierunku podniecie. Takie fakty jak zanik pewnej reakcji przy powtarzaniu się podniety, wywołującej tę reakcję, nie znajdują miejsca w schemacie popularnych teoryj uczenia się, których kamieniem węgielnym jest zasada *w z m a c n i a n i a s i ę d a n e j r e a k c j i n a s k u t e k p r a k t y k i*.

By nie być źle zrozumianym, autor podkreśla, że chodzi mu o coś innego,

Obecnie zaś, jeżeli osoba miarodajna w piśmie oficjalnem kładzie na nie tak mocny nacisk, należy spodziewać się kolosalnej zmiany w nauczaniu gimnastyki, co już wielu nauczycieli zastosowało. Zresztą w sprawie tej zdanie pani Olszewskiej nie jest odosobnione. Również p. instruktor Krawczyk w tym samym numerze *Wiennika Urzędowego* w artykule p. t. „Ćwiczenia śródlekcyjne” wcale nie w dwuznaczny sposób przychyła się do opinii w tej mierze pani wizytatorki Olszewskiej.

I wreszcie sprawa odpowiedniego nastroju, posiadająca wielkie znaczenie, nietylko w lekcjach gimnastyki, ale przy każdej innej pracy, nie była dostatecznie wyszukiwana przy nauczaniu gimnastyki. Słusznie więc autorka zwraca na te rzeczy uwagę i twierdzi, że nauczyciel, przez odpowiednie zastosowanie ćwiczeń, jest w stanie zmienić lekcję gimnastyki „w godzinę radości i zadowolenia”.

D. Rosenberg.

niż zjawisko zmęczenia, przy którym zanik reakcyj z konieczności następuje. Aby nie było pod tym względem żadnego nieporozumienia, autor skrupulatnie stwierdza w swych eksperymentach, że obserwowany zanik reakcji nie mógł być skutkiem zmęczenia, gdyż reakcja następowała natychmiast po podaniu innej podniety. Niezależność omawianego zjawiska od zmęczenia była również stwierdzona przez Pawłowa, w jego dziś klasycznych eksperymentach nad reakcjami uwarunkowanymi.

Jednym z praw takich reakcyj uwarunkowanych jest prawo *z a h a m o w a n i a*, stwierdzające stopniowy

zanik reakcyj ruchowych albo gruczołowych (nie uczuciowych) przy powtarzaniu się podniety uwarunkowanej b e z równoczesnego odnawiania się podniety nieuwarunkowanej (oryginalnej). Jesteśmy naprzykład uwarunkowani do wydzielania śliny pod wpływem widoku pokarmu. Ponieważ w życiu codziennym podnieta nieuwarunkowana (smak pokarmu) systematycznie się odnawia równocześnie z widokiem pokarmu, widok pokarmu nie traci swego charakteru podniety uwarunkowanej, gdy w pewnych okazjach patrzymy tylko na pokarm, nie jedząc go. Jednakże, gdyby ktoś zawsze jadł w ciemności, przestałby reagować na widok pokarmu.

Zjawisko zaniku, które w ten sposób zachodzi, jest czemś więcej niż utratą nabytej reakcji. Oto stwierdzonym jest fakt, że reakcja nie tylko ustaje, ale z a c z y n a d z i a ł a ć w o d w r o t n y m k i e r u n k u. Wydzielenie śliny można mierzyć u człowieka z dostateczną dokładnością przy pomocy pewnego nieskomplikowanego przyrządu, który się wprowadza do ust. Otóż wydzielanie się śliny zachodzi, jak stwierdzono, w pewnej małej mierze przy wszelkim braku specjalnych podnięt. Zmierzoną ilość wydzielającej się śliny w normalnej sytuacji, którą nazwano „kontrolką”. Okazuje się, że w omawianym powyżej zjawisku zaniku wydzielenia się śliny jest znacznie z m n i e j s z o n e, niż przy braku wszelkich podnięt. Zachodzi więc przeobrażenie się reakcji w jej odwrotność. Stąd termin „zahamowania”.

Ciekawą rzeczą jest, że podobne zjawisko zachodzi i w odniesieniu do odruchów wrodzonych, które zanikają przy częstem powtarzaniu podnięt, normalnie je wywołujących. Pod tym względem odruchy wrodzone nie są czemś zasadniczo stalszem niż reakcje uwarunkowane.

Omawiane zjawisko autor uważa za będąc najważniejsze odkrycie w dziedzinie reakcyj uwarunkowanych. Stoi ono w konflikcie z popularnym zdaniem, że zanik reakcji następuje jedynie na skutek zapomnienia, spowodowanego zaprzestaniem praktyki, nigdy zaś na skutek usilnego ćwiczenia. Zastosowanie zjawiska zahamowania w kwestjach uczenia się, miałyby daleko idące konsekwencje i niezawodnie musiałyby spowodować radykalną zmianę w dzisiejszych na ten temat poglądach i praktykach.

Między innymi autor wypowiada myśl, że pewne zjawiska powszechnie uważane za objawy przemęczenia, w istocie rzeczy nie znamionują zmęczenia, a dadzą się sprowadzić do zasady zahamowania. Ta uwaga autora wydaje się bardzo trafną, gdy zważyć że z analizy warunków tak zwanego zjawiska p r z e t r e n o w a n i a wynika, że fakty „zahamowania się” noszą wybitny charakter zahamowania na skutek zbyt długotrwałego sztucznego ćwiczenia pewnych ruchów bez odnawiania podnięt nieuwarunkowanych.

Dla zobrazowania mechanizmu zahamowania autor przytacza kilka przykładów praktycznego jego zastosowania. Psycholog Dunlap (A revision of the fundamental law of habit, Science, 1928) wyeliminował nałóg pisania na maszynie „hte” zamiast „the” przez praktykę pisania... „hte”, wiedząc, że to jest błędne. Sformułował on hipotezę, że zajście reakcji samo przez się nie ma wpływu na wzmocnienie zdolności danej podniety do wywołania danej reakcji w przyszłości. Hipotezę tę nazwał on hipotezą „Beta”. Była ona sprawdzanna przez Holsopple i Vanouse (A note on the beta hypothesis of learning, S c h o o l a n d S o c i e t y 1929) przy pomocy następującego eksperymentu.

Ułożono listę wyrazów pisanych przez daną osobę na maszynie nało-

gowo błędnie, oraz podzielono te wyrazy na dwa zbiory. Każdy student miał praktykować jeden ze zbiorów przepisując wyrazy prawidłowo, drugi zaś zbiór przepisując zgodnie ze swym nałogowym błędem. Po odbyciu praktyki, studenci pisali dyktando na maszynie, zawierające wszystkie wyrazy błędne, które powtarzały się wiele razy. Gdy obliczono wyniki, okazało się, że wszyscy studenci (z liczby 11) z wyjątkiem jednego robili błędy w tych wyrazach, które przepisywali w formie prawidłowej, żaden zaś z nich nie zrobił ani jednego błędu w wyrazach, przepisywanych w formie błędnej.

Wyniki te z jednej strony stwierdzają, że praktykowanie prawidłowej reakcji nie miało pożądanego wpływu, z drugiej zaś strony że praktykowanie błędów właśnie błędy te usunęło. I jedno i drugie podpada pod mechanizm zahamowania, z tą różnicą, że w tem ostatnim uwidacznia się w całej pełni właściwa istota mechanizmu. Niestety, autor nie podaje należytego wyjaśnienia. Jakaż to jest istota mechanizmu tego cudownego niemal wyeliminowania zakorzonego nałogu?

Odpowiedź na to pytanie można znaleźć, cofając się do innej jeszcze formy zjawiska zahamowania, także eksperymentalnie stwierdzonej.

Przy ustalaniu reakcji uwarunkowanej zachodzi nie tylko uwarunkowanie reakcji do danej podniety, ale uwarunkowanie braku tej reakcji do jakiegokolwiek innej podniety, która zachodziła dawniej, nie wywołując danej reakcji. Inaczej mówiąc zachodzi zahamowanie reakcji pod wpływem innych podniety. Że w tym wypadku istotnie zachodzi zahamowanie, a nie działanie obojętnej podniety stwierdził jeszcze Pawłow. Gdy pies był uwarunkowany do wydzielania śliny pod działaniem pewnego tonu, wydanie innego tonu (zachodzącego dawniej bez towarzystwa podniety oryginalnej)

na chwilę przed tonem właściwym faktycznie z m n i e j s z a ło ilość wydzielanej śliny, a nawet wstrzymywało na pewien czas reakcję.

Otóż przy praktykowaniu błędnej formy wyrazów zaszło uwarunkowanie podniety, którą nazwijmy P' do reakcji błędnego napisania. Przy dyktandzie zachodziło działanie podniety P, gdy ten sam wyraz był dyktowany. Zauważyć należy, że podniety P' i P są różne. Elementem podniety P' było zadanie praktykowania błędów, czego nie było w podniecie P. Poza tem reakcja na podniety P' była różna niż na podniety P: w pierwszym wypadku elementem reakcji było przeświadczenie o błędnem pisaniu, w drugim wypadku takiego przeświadczenia nie było. Stąd, gdy już raz ustaliła się reakcja uwarunkowana na podniety P', podnieta P, (która przedtem nigdy nie wywoływała takiej reakcji jako całości) zaczęła hamować każdą jej część, między innymi błędne napisanie wyrazu.

M. O.

Harry A. Scott Ph. D. The Function of the Director of Physical Educ. in Colleges — Czynności Dyrektora Wych. Fiz. w Kolegjach.

The Rice Institute—Houston, Texas
The Journ. of Health and Pchys. Educ. vol. IV No. 1. January 1933.

Na wstępie kreśli autor krótką historję Wych. fizycznego w Kolegjach i Uniwersytetach Stanów Zjednoczonych Am. Półn.

Pierwszym Uniwersytetem, który wprowadził kurs ćwiczeń cielesnych był Uniwersytet Harvard; w roku 1826 odbył się pierwszy kurs eliminacyjny na tym Uniwersytecie i od tego czasu kursy odbywały się już stale. Kursy te były przez długi czas prowadzone wedle systemu Jahn'a. Za przykła-

dem Uniwersytetu Harvard'a poszły zaraz i inne. W tym okresie nauczycielami ćwiczeń cielesnych były osoby niezwiązane z Uniwersytetem, jednak byli to wszystko ludzie o wysokim wykształceniu; uczeni prawnicy, filozofowie i t. d. Przez długi czas nie wchodziło Wychowanie fizyczne do życia Uniwersyteckiego; tym, który uczynił wychowanie fizyczne integralną częścią swej działalności był Armhett College, który w roku 1860 ustanowił Wydział Higieny i wychowania fizycznego. Inne kolegia poszły za tym przykładem i najbliższe ćwierćwiecze zastało już w przeważnej części Kolegów zorganizowane wydziały Wych. Fiz.

W tych pierwszych latach jedyną formą Wychowania fizycznego były ćwiczenia na przyrządach gimnastycznych i zaprawa gimnastyczna. W drugiej połowie ub. wieku zostały wprowadzone do kolegów gry ruchowe i sporty. Jest rzeczą charakterystyczną że Atletyka i sporty nie pozostawały początkowo pod nadzorem wydziału. Atletyka i Sport znajdowały się całkowicie w zarządzie studentów i sami studenci byli odpowiedzialni za trening i zaprawę swych drużyn. W ten sposób zaczęto praktykować używanie zawodowców i zaczęto tworzyć studenckie związki sportowe i gimnastyczne. Będąc pozbawionymi kierownictwa starszych, stawały się te związki studenckie mniej lub więcej niestabilne i zaczęły poszukiwać hyperentuzjastów sportu, którzy stanowili dla klubów cenny materiał. W tem pozostawieniu wych. fiz. wyłącznie w rękach studentów, widzi autor przyczyn wypaczenia się wych. fiz. w Uniwersytetach Amerykańskich, które doprowadziło z czasem do tego, że w wielu wypadkach zapominali studenci o tem poco istnieją zakłady naukowe. Liczne, pożałowania godne sytuacje, jakie wytworzyły się w organizacji między-

uczelnianych zawodów lekkoatletycznych i sportowych mają wedle Autora swe źródło w tem, że Uniwersytety zbyt długo pozostawiały wolną rękę studentom w prowadzeniu swych ćwiczeń cielesnych i wydziały zbyt późno zaczęły prowadzić kontrolę i administrację wychowania fizycznego w uczelniach. W miarę wzrostu wych. fiz. w Kolegjach prędko weszło w zwyczaj wymaganie od wszystkich studentów przejścia kursu wych. fiz. i dziedziną tą doczekała się wreszcie pozytywnej naukowej uwagi i pieczy ze strony profesury Uniwersyteckiej. W roku 1909 w 111 Kolegjach odbywała się już regularna nauka wych. fiz. w roku 1927 245 Kolegów wprowadziło Wydz. wych. fizycznego. W miarę wzrostu liczby tych wydziałów, zaczął szybko wzrastać ich wpływ na międzyuczelniane zawody atletyczne i sportowe tak że obecnie zawody te znajdują się już prawie całkowicie pod nadzorem i w zarządzie wydziałów wych. fiz. w Uniwersytetach.

Tak więc wychowanie fizyczne będące początkowo wyłącznie studenckim poczynaniem, wspieranem i kierowanem często przez czynniki poza uczelnią stojące, przekształciło w jeden z najrozleglejszych wydziałów akademickich. Organizacja i kierowanie wydziału wych. fizycznego z jego licznymi odgałęzieniami wymaga od kierownika kwalifikacji więcej niż przeciętnych. Stanowisko Dyrektora Wychowania fizycznego dąży obecnie szybko w kierunku zrównania się z pełnego z innymi stanowiskami kierowniczymi w wyższym wykształceniu. W miarę rozszerzania się zakresu wych. fiz. stają się wymagania stawiane Dyrektorowi wychowania fizycznego w Kolegjach coraz większe. Jest rzeczą konieczną aby Dyrektor wychowania fizycznego stał na tym samym poziomie wykształcenia i naukowym w swej dziedzinie jak i inni członkowie

ciała profesorskiego w Uniwersytetach. Za kilka lat stanowisko dyrektora wychowania fizycznego będzie zajmowane wyłącznie przez ludzi posiadających tytuł Doktora Filozofii lub równorzędny. Młodzi ludzie rozpoczynający karierę w dziedzinie wychowania fizycznego muszą zwracać baczną uwagę na swe wykształcenie, gdyż podwoje wychowania fizycznego zamkną się wkrótce zupełnie dla osób nie posiadających akademickiego wykształcenia. Jeżeli wychowanie fizyczne miało początkowo pewne trudności w „przyjęciu” do zamkniętego środowiska wiedzy akademickiej, to obecnie już tak nie jest. Być może żadna dziedzina ogólnego wykształcenia nie wymaga wyższych kwalifikacji osoby kierującej niż wychowanie fizyczne. Osoba taka musi oprócz wiadomości z teorii posiadać b. wysokie wykształcenie ogólne którego jedną z gałęzi jedynie jest wychowanie fizyczne. Wskutek często wyczerpane eksperymentalnego charakteru jaki ma wychowanie fizyczne, żadna chyba dziedzina wiedzy nie nasuwa takiej ilości palących zagadnień oczekujących ściśle naukowego, akademickiego rozwiązania. Kolegium w jego dzisiejszej formie nie jest zakładem, który by wywierał wpływ jedynie na umysłową stronę studenta. Kolegium wywiera obecnie wpływ na całą osobowość młodego człowieka, kształtując jakościowo jego życie, a rolą wychowania fizycznego jest wpływanie na to życie od strony fizycznej. Aby więc kierownik kształtowania strony fizycznej osobowości ludzkiej mógł właściwie wykonać swe zadanie, wydaje się rzeczą oczywistą iż powinien on przejść tę samą drogę po której kroczy wychowywany przez niego student.

A. K.

An. Administrator's Philosophy of Phys. Educ. — fi-

lozofja kierownika wychowania fizycznego.

by *John G. Mc Neelg* — Naczelny inspektor Junior High Schools Santa Monica — California. The Journal of Health and Physical Educ. Vol. IV Nr. 1 pg. 15.

Autor artykułu zaczyna swe wywody od przytoczenia wyciągu z The Sixth Yearbook, Department of Superintendence 1928 p. 457.

„Wychowanie fizyczne jest jedną z gałęzi wychowania (wykształcenia) — education. — Związane ono jest z intensywną działalnością strony fizycznej człowieka czem różni się od innych rodzajów działalności w szkole. Jest to zawód opierający się na swych własnych naukach zawodowych, opartych na pracy naukowej laboratorjów; biologicznych, chemicznych, fizjologicznych i anatomicznych, oraz na pomocy takich nauk jak higiena, psychologia i socjologia. Wychowanie fizyczne musi być pojmowane jako przygotowanie młodzieży do pracy, zarówno jak do spędzania czasu wolnego od pracy — leisure — zarówno w terażniejszości jak i na przyszłość. Odpoczynek — czas wolny od pracy — nie jest więcej prerogatywą ludzi niezależnych materialnie, odkąd stało się rzeczą jasną że przygotowanie do niego musi być dostępne dla wszystkich”.

Wszelkie rozważania nad filozofją wychowania fizycznego będą oczywiście odbijały tendencje filozoficzne wychowania wogóle. Ponieważ wych. fiz. jest obecnie faktycznie i legalnie częścią ogólnego programu wychowawczo-wykształceniowego, przeto i filozoficzne podstawy wychowania fizycznego muszą być identyczne z podstawami wychowania jako całości. Kalifornijski Statut szkolny z 1931 r. określa cele i zadania wych. fiz. w następujący sposób: 1. Rozwijać siłę fizyczną. 2) Prowadzić ćwiczenia układu nerwowego

i mięśni. 3. Rozwijać cielesną i umysłową aktywność. 4. Poprawiać defekty postawy. 5. Kulturować koordynację siły i wytrwałość. 6. Rozpowszechniać takie moralne i społeczne wartości jak współdziałanie, podporządkowanie się jednostki, karność, odwaga. 7. Rozpowszechniać higieniczny tryb życia w domu i szkole. 8. Zapewnić naukową inspekcję budynków szkolnych, sprzętu, placów do gier i t. d.

Francein Bobbit w książce p. t. „Jak zbudować program” wysuwa następujące tezy: wych. fiz. ma głównie na celu: 1. Wykorzystać ćwiczenia cielesne jako środek działający przez całe życie w celu zapewnienia wysokiego poziomu żywotności organicznej. 2. Zapewnić możliwość dla każdego poruszania się i działania z harmonją i precyzją. 3. Dać możliwość odprężenia się zarówno fizycznego jak i umysłowego we właściwym czasie i we właściwy sposób.

Z tych założeń wychodząc, podaje autor w kilku punktach najważniejsze według niego zagadnienia w pracy inspektora w. f. w szkołach niższych.

1. Czy program jest bezpieczny i zdrowy? Czy nauczyciele interesują się dostatecznie pomyślnością dzieci chorych i czy dbają o to by te dzieci otrzymywały natychmiast pomoc lekarską i czy troszczą się o te dzieci tak jakby to były ich własne. Jeżeli tak, to dzieci są z takim nauczycielem bezpieczne w przeciwnym wypadku nie!

2. „Jako inspektor i kierownik szukam stale takich nauczycieli, którzy uśmiechają się do przeciwności i trudności. Jest rzeczą znaną, że uczyć można lepiej na boisku niż w klasie. Jednak kierownik często nie może rozszerzyć murów szkoły, lub urządzić odpowiednio terenów sportowych. Wartościowym będzie jedynie ten nauczyciel, który potrafi dać wszystko co może z siebie za pomocą tych środ-

ków które ma do dyspozycji. Nauczyciel w. f. musi nauczyć karności dzieci przez bezpośrednie działanie a nie przez negację to znaczy nie przez wylizanie w długiej liście „tego nie wolno — tamtego nie wolno i t. d.”

3. „Jako kierownik muszę baczyć na to aby przemęczenie forsowanie i t. d. nie miało miejsca. Nauczyciel musi bacznie obserwować aby nie przemęczać serca dzieci w koszykówce lub na bieżni.

4. Jako kierownik jestem zainteresowany jednakowo programem wych. fiz. chłopców i dziewcząt.

Takiem wyznaniem wiary kończy autor swe rozważania.

A. K.

La Médecine scolaire. Paris. T. XXII. Nr. 2. 1 luty 1933.

Przegląd miesięczny medycyny i higieny szkolnej, obok artykułu wstępnego dr. L. Dufestela: „O postęпах dokonanych w budownictwie szkolnym”, w którym autor zapowiada umieszczanie w następnych numerach „La Médecine scolaire” opisów nowozbudowanych i według wymagań higieny urządzonych szkół francuskich wraz z planami i fotografiami, poświęcony jest całkowicie przeglądowi stanu higieny szkolnej i wychowania fizycznego w różnych państwach świata. Wiadomości zebrane są wiecej interesujące, choćby ze względów porównawczych — podajemy je więc w obszernym streszczeniu:

U. S. A. Stany Zjednoczone, które rozwinęły tak szeroką działalność na polu wychowania fizycznego, do dzisiaj nie posiadają organu państwowego, który koordynowałby wszystkie wysiłki tej części wychowania się tyżące. Istnieje wprawdzie „wydział wychowania fizycznego i higieny szkolnej” przy „Urzędzie Wychowania Narodowego”, lecz cele jego są raczej badawcze i informacyjne. Naj-

silniejszymi organizacjami prywatnymi są: 1) Skauting — (Boy-scouts of America i Camp fire Girls), który w samym N. Jorku zrzesza 175.000 dorosłych, 819,227 chłopców i 208.078 dziewcząt i 2) Związek Amerykański wych. fiz., który dźierży prymat w urabianiu opinii publicznej dla aktualnej ostatnio sprawy poprawienia ustawy o wychowaniu fizycznym. Obecnie sprawa ta wygląda następująco: w 36 Stanach istnieje obowiązek wychowania fizycznego. 20 stanów posiada ustawy o wych. fiz. i dyrektorów wych. fizycznego. Czas przeznaczony na wychowanie fizyczne jest b. różny. W szkołach elementarnych i średnich wynosi on od 15—30 minut dziennie.

Argentyna. W r. 1906 został otwarty Instytut Wych. Fiz., którego celem jest przygotowanie nauczycieli wych. fiz. dla szkolnictwa. Studja w Instytucie trwają 3 lata i mogą być kontynuowane jeszcze przez dalsze 2 lata na kursach specjalnych, doskonalących. Wydajność roczna Instytutu waha się od 80—100 osób.

W szkołach elementarnych poświęca się na wych. fiz. 3 razy po 30 minut tygodniowo (czas nie zawsze wykorzystany, gdyż nauczyciele, podobnie jak u nas, wolą go zająć innymi lekcjami), w szkołach średnich — 2 albo 3 godziny tygodniowo, a w wyższych klasach nawet 1 godz. tygodniowo. Budownictwo sportowe w zaczątkach Boisk i terenów do gier b. mało; wyróżniają się pod tym względem towarzystwa prywatne, przeważnie kluby piłki nożnej, posiadające większe i lepsze boiska, a nawet stadjony. Suma rocznych wydaików Państwa na wych. fiz. wynosi około 3 milionów piastrow Z organizacji wyróżnia się skauting z 40.000 członków.

Boliwia. I. Szkoła dla dzieci wątlých (gruźlików). Liga Przeciwgruźlicza w Boliwji w listopadzie 1930 r. zorganizowała w Villa Obrajcs pierw-

szą szkołę dla dzieci gruźliczych. Szkoła ta jest nowocześnie urządzona, posiada internat i prowadzi kolonie wakacyjne. Celem szkoły jest zdrowie dzieci — wykształcenie jest sprawą drugorzędną i nie przekracza 3 godzin zajęć dziennie. W programie wykształcenia pierwszeństwo mają zajęcia rozwijające zmysły, rysunki, praca rączna, śpiew, zabawy. Pobyt dzieci w tej szkole trwa minimum 4 miesiące. Personel zakładu składa się z: dyrektorki, lekarza, pedagoga - wychowawcy, profesora wych. fiz., nauczycielek, sanitariuszek i służby. W ciągu roku istnienia szkoły przeszło przez nią 103 dzieci (w wieku 6—14 lat) w których stwierdzono poprawę wagi i powiększenie się wzrostu.

II. Wychowanie fizyczne. W r. 1919 utworzony został Urząd Główny wych. fiz. w zakres działalności którego wchodzi: 1) koordynowanie i kierowanie wszystkimi poczynaniami w dziedzinie wych. fiz., 2) opracowywanie programów szkolnych, 3) kontrola nad wych. fiz. w szkolnictwie oraz instytucjach prywatnych. Wszystkie towarzystwa sportowe obowiązane są rejestrować się w powyższym Urzędzie.

Organizacja wych. fiz. przedstawia się następująco:

1-wszy i 2-gi rok szkół elementarnych — ogródki dziecięce;

od 2-go do 6-go roku szkół elementarnych — gimnastyka szwedzka;

od 1-go do 3-go roku szkół średnich — gimnastyka szwedzka;

4-ty rok szkół średnich — gimnastyka postawowa;

5-ty i 6-ty rok szkół średnich — gimnastyka naturalna Héberta.

Nauczycieli wych. fiz. przygotowuje Instytut Wych. Fiz., do którego przyjmuje się kandydatów po ukończeniu szkoły średniej ogólnokształcącej lub seminarjum nauczycielskiego.

We wszystkich szkołach jest wych. fiz. obowiązkowe w poniższym wymiarze godzin na tydzień: 3 godziny gimnastyki, 3 godziny gier, najmniej jedno popołudnie na wycieczkę i sporty połączone z wycieczką.

Chili. Wychowanie fizyczne jest obowiązkowe we wszystkich szkołach państwowych i prywatnych w ilości 1-ej godziny dziennie i jednego popołudnia tygodniowo na wycieczkę.

Studja wych. fiz. są 3-letnie. Wstęp na te studja mają oficerowie armji lub absolwenci szkół średnich.

Na budowę terenów i urządzeń do gier, sportów i gimnastyki wydano do tego czasu 22 miliony piastrow.

San Salvador. Państwowym organem kierowniczym jest Komisja Wych. Fiz. Komisja ta opracowała dla szkół programy wych. fiz., które zawierają: ćwiczenia gimnastyczne, ćwiczenia oddechowe, ćw. korektywne, zabawy, tańce narodowe i wycieczki.

W uzupełnieniu podajemy, iż w tym samym numerze „La Médecine scolaire” znajduje się artykuł dr. L. R. Sobieszczańskiego: „Nieudolność oddechowca i wysledzenie gruźlicy w szkołach warszawskich”. W artykule tym podaje autor wyniki badań i obserwacji, poczynionych nad dziećmi szkół warszawskich dla ustalenia związku między zmniejszoną pojemnością życiową płuc a gruźlicą płuc u dzieci szkolnych.

Badano: 1) wzrost, 2) wagę, 3) ośw. klatki piersiowej podczas wdechu i wydechu, 4) pojemność życiową płuc (spirometr de Charles Verdin). Późtem przeprowadzono badanie szczegółowe płuc i prześwietlano je promieniami Rentgena.

Objektów zbadanych 18. Wnioski autora są następujące: 1) Wybitne obniżenie się pojemności życiowej płuc u dzieci szkolnych może być jednym ze wczesnych znaków obecności gruźlicy płuc, nawet kiedy ciężar jest jesz-

cze dobry; gruźlica innych organów jak; skóry, kości, stawów i t. d. zwykle nie daje obniżenia pojemności życiowej płuc.

2. Pomiary spirometryczne w szkołach mają wartość jako uzupełnienie metod rozpoznawczych gruźlicy płucnej u uczniów.

3) Uczniowie o pojemności życiowej płuc obniżonej winni być poddani specjalnej obserwacji i rozwijani fizycznie przez gimnastykę, sporty i pracę na świeżem powietrzu (L. Dufestel, Kopczyński, Szmurło).

4. Koniecznym jest czuwanie nad inemi chorobami, które mają wpływ na obniżenie się pojemności życiowej płuc, a mianowicie: dusznością oskrzeli, chorobami serca, otyłością, wåtłością ogólną i t. d.

Wł. Paczyński.

„Gymnaste” Nr. 12 przynosi szereg szczegółów dotyczących Wielkiego Święta Sportowego, urządzanego przez Zjednoczenie Związków Gimnast. w czasie 5—7 czerwca b. r. w Augonleme. Rozegrane tam będą gimnastyczne mistrzostwa Francji drużynowe i indywidualne, do których stawać może tylko zawodnik, zgłoszony i do drużyny.

Program przewiduje: 1. Ćwiczenia wolne, przewidziane. 2. Ćwiczenia na przyrządach. 3. Skoki. 4. Rzut. 5. Bieg (dla drużyn sztafeta).

Do zawodów tych dopuszczono i młodzież szkolną, dla której tego roku minima specjalnie obniżono, ze względu na nierówne pod względem technicznym urządzenia sportowe w szkołach. Mimo, że termin mistrzostw jest jeszcze bardzo odległy, Zjednoczenie Związków otrzymało już 234 zgłoszeń klubowych. Liczba ta mówi nam aż nadto wyraźnie o niezwykłym rozwoju gimnastyki na terenie Francji, jak i zainteresowaniu, jakie wzbudziła impreza w Augonleme.

Montpellier musiało zrezygnować ze względów ekonomicznych z urzędzenia Święta Sportowego i związanych z tem zawodów gimnastycznych o mistrzostwo Francji na r. 1934. Rezygnacja została przez Zjednoczenie Związków przyjęta.

Z okazji 70-lecia swego istnienia Związek Gimnast. „Vosgienne” urządził wielkie międzynarodowe zawody gimnastyczne, które odbędą się w Epinal 28—29 lipca 1933 r.

We Francji wchodzi w życie zwyczaj assekurowania się na wypadek niepogody. Tym sposobem, kluby organizujące zawody, nie są narażone na straty.

Nr. 12 le Gimnaste podaje ciekawe spostrzeżenie, które nieraz nasuwa tym ludziom, stojącym nawet zdala od sportu, a czego czynniki miarodajne zdają się nie spostrzegać. Wiemy jak wielką rolę w wynikach sportowych odgrywa wzrost. Zawodnik wysoki zawsze będzie miał przewagę na przeciwnikiem niskim, choćby nawet wyćwiczenie i stan zdrowotny był u obu jednakowy. A że wzrost jest kwestją rasy, kraje o ludności niskiej mają tem samem szanse zmniejszone. Istnieją już w niektórych sportach kategorie wagi, wieku, czyby nie należało klasyfikować zawodników i pod względem wzrostu?

Tenże sam Nr. „le Gymnastes” przedrukowuje z l'Express de l'Est artykuł dr. Didier o roli wychowania fizycznego w walce z gruźlicą w którym zwraca uwagę na konieczność uodporniania organizmu dziecięcego. Powietrze, słońce i gimnastyka — wszystko to składa się na racjonalnie pojętą kulturę fizyczną. Czynniki te znane już w starożytności, dziś ujęte są w pewne formy naukowe i stale eksperymentowane. Powietrze traktujemy jako znakomity sam w sobie środek wzmacniający i hartujący organizm. Słońce zaliczone jest pow-

szecznie do najskuteczniejszych może leków i nie tylko przeciw tuberkulozie, anemji, ale i szeregu innych schorzeń. Gimnastyka odgrywa w rozwoju fizycznym dziecka niemięjszą rolę, kładzie ona specjalny nacisk nie na wyrobienie mięśniowe ile w pierwszym rzędzie na rozwinięcie klatki piersiowej. Dziecko zwykle niema pojęcia o prawidłowym oddechu. Gimnastykę w tym okresie śmiało nazwać można oddechową. Działanie jej jest dwojaki: (mechaniczne rozwinięcie klatki piersiowej i płuc, oraz biochemiczne, przez wprowadzenie dużej ilości tlenu do krwi. Uzupełniamy ten rodzaj gimnastyki przez biegi, skoki i zabawy, co ułatwia bardziej asymilację tlenową.

Wreszcie przestrzeganie higieny ubrania, mieszkania i odżywiania się przyczynia się do wzmocnienia zdrowia dziecka i uodparnia je na ataki bakterji gruźlicznych.

Drugą część swego artykułu poświęca dr. Didier zagadnieniu racjonalizacji wysiłku umysłowego i fizycznego. Doświadczenia czynione w tym kierunku wykazały potrzebę krótkich, ale częstych wycieczek, jeśli jest to praca umysłowa wskazane są łagodne ćwiczenia gimnastyczne. Szkoły już dawno wprowadziły tę metodę, która w sumie daje większe rezultaty w wydajności pracy, a mniej wyczerpania. Czyby za szkołami nie poszły i inne instytucje jak np. fabryki i biura. Niech ta chwila odpoczynku nie wydaje nam się czasem zmarnowanym, cplaci się ona nam z procentem.

J. St.

Doros György: Istota ducha sportowego z punktu widzenia wychowania fizycznego. Testneveles. Rocznik V. Nr. 12. grudzień 1932 r.

Zasadniczą właściwością ducha sportowego jest zdaniem autora to,

że wskazuje jednostce drogę do samodzielnego działania czego braknie w gimnastyce w której zawarte są czynniki posłuszeństwa i rozkazywania równocześnie. Teorie gier i zabaw tylko częściowo można stosować do sportu. Prawdziwy duch sportowy objawia się w pewnych angielskich zasadach sportowych, które możemy następująco streścić: a) mistrz powinien zawsze być skromny, uprzejmy dla przeciwnika, którym nie powinien gardzić, choćby był słabszy, b) zawodnik nawet w wypadku przegranej nie powinien szukać wymówki i nie powinien odstąpić od zawodów, c) pokonany powinien uznać, że przeciwnik był silniejszy i złożyć zwycięzcy z uprzejmą miną gratulację, d) sportowiec powinien walczyć z całym sił, ale stosując się do przepisów i w wątpliwym wypadku odstąpić pierwszeństwa przeciwnikowi, e) prawdziwy sportowiec widzi istotę sportu w walce, a nie w wyniku.

Z punktu widzenia wychowawcy fizycznego istotę ducha sportowego należy szukać w dyscyplinie, koncentracji uwagi, opanowaniu, chęci do działania, w pragnieniu zwycięstwa, w zaufaniu do siebie, w skromności i t. p., które cechują prawdziwego sportowca.

W tymże numerze Testnevels znajdziemy wykład p. *Szentensyne Doby Ida*. Uważa ona, że w szkole powszechnej gimnastyka powinna być podawana w formie zabawy. W przytoczonej osnowie lekcyjnej znajdujemy na początku ćwiczenia rytmiczne z śpiewem, potem gry z biegiem, dla odpoczynku gry z chodzeniem, następnie gra z ćwiczeniem mięśni, potem znów gry z biegami, rzutami i t. d. Lekcja bardzo interesująca, treściwa, urozmaicona. Ta sama autorka podaje również lekcję dla III i IV-tej klasy szkoły powszechnej, do której wchodzi gra małą piłką, dużą piłką, gry worecz-

kami, gry zręczności, biegi, łapanki i walki. Wszystko przy akompaniamencie śpiewu. Obydwa wykłady bardzo ciekawe stanowią przykład jak dużo można robić na terenie wychowania fizycznego bez przyrządów i bez sali gimnastycznej.

Dr. Daimłowa.

G. von Donop „Sport obronny”. (Wehrsport). Die Leibesübungen. H. 12. 32. S. 484—6.

Autor rozpatruje „sport obronny” pod dwoma względami, a to: wyrobienia cielesnego w ogólnem tego słowa znaczeniu, gdyż jednostka wycwiczona jest najlepszym materiałem na żołnierza, oraz jako wyszkolenie wojskowe. Ma ona tu na myśli ćwiczenia w mundurze, marsze, ćwiczenia w terenie, strzelanie i musztrę, przyczem zainteresowania autora dotyczą wspomnianej części pierwszej. W związku z tem odpowiada autor na trzy pytania:

1) Czy można „sportem obronnym” nazwać wszelkie intensywne ćwiczenia cielesne, czy też, są tu konieczne ćwiczenia wojskowe?

2) Czy przeciwnie — mogą ćwiczenia wojskowe zastąpić wychowanie fizyczne?

3) Jakie znaczenie ma musztra?

Zdaniem autora odpowiedź na pytania jest często identyczna. Mówi on, że zawsze tak było, iż pewien oddział musiał się wykazać sprawnością, którą się poznawało przez siłę, wytrzymałość i zwinność, natomiast zmieniły się techniczne warunki walk, a mianowicie: sam teren, gęstość zaludnienia oraz kulturalny i techniczny poziom mieszkańców. Inaczej bowiem walczyć będzie mieszkanie stepów a iraczej gór. A zresztą nikt nie może w szczegółach określić przyszłej wojny. Przypomina on tu ostatnią wojnę z roku 1914 i podaje własne remi-

scencje; otóż my — piechota — zna-
 liśmy tylko karabin". Po krótkim po-
 bycie na froncie autor przeleżał dwa
 miesiące w szpitalu, a po powrocie
 stał się nowicjuszem, gdyż używano
 już granatów. „Tu było pole do popi-
 su dla lekk-athlonów". Z czasem, kiedy
 tylko zwarte szeregi odgrywały rolę,
 jednostka przedstawiała mniejszą
 wartość, chociaż i tu musiała stać na
 pewnym poziomie. Podkreśla dalej,
 autor, że sport odgrywa poważną rolę
 w „sporcie obronnym", traktowany
 jako przygotowanie do tego ostatnie-
 go. Przy wszelkiem szkoleniu trzeba
 zważać na rzeczy, których nauczenie
 się nie sprawi wielkich trudności. To
 jego zdanie za mało, bywa uwzględ-
 nione. Wiadomości, których piechur
 powinien opanować nie są zbyt ob-
 szerne. Zresztą, jak mówi autor nie
 miał on poprostu ckazji do posługiwa-
 nia się mapą, gdyż często jej nie by-
 ło, a z drugiej strony rekruta trzeba
 było szybko ćwiczyć i wysłać na
 front. Siły i wytrzymałości nie można
 nauczyć. Podobnie jest ze strzelaniem;
 tylko garstka uczy się go szybko, lecz
 wrazie wojny niema na nie czasu, a-
 municji i personelu nawet w najlepiej
 wyposażonych państwach. Dlatego też
 proponuje, autor by w wychowaniu fi-
 zycznym na pierwsze miejsce wysunąć
 strzelectwo. Lecz to często natrafia na
 sprzeciw nawet samych ćwiczących.
 Co do młodzieży akademickiej to jest
 on pewny, że nie trzeba jej do tego
 skłaniać. Najwyżej trzeba cenić wy-
 chowanie fizyczne wśród akademik-
 ów i sprawę tak kierować, by sport
 był towarzyszem w całym życiu stu-
 denta.

Odpowiedź autora na postawio-
 ne sobie wyżej pytania jest bardzo
 krótka i wyczerpująca:

od 1) „Każdy cywilny sport może
 być uważany za „sport obronny", je-
 śli uprawiający go umie strzelać".

od 2) „Zastąpienie sportu przez
 „sport obronny" — ogólnie przepro-
 wadzone — nie wchodzi w rachubę.

od 3) „Musztra nie jest najważ-
 niejszą częścią „sportu obronnego".

Takie są spostrzeżenia i uwagi a-
 autora — jako żołnierza.

A. Z.

Stud. Assesor Schäffler. Kry-
 tyka metod w gimnastyce i wychowaniu fizyc-
 znem. (Kritik der Betriebsweise in
 der Gymnastik und Körperschule). Die
 Leibesübungen H. 13. 32, S. 518—20.

Autor poddając krytyce metody
 gimnastyczne dochodzi do wniosku, że
 w ostatnich dziesiątkach lat przeszła
 powódź systemów gimnastycznych. Je-
 go zdaniem wychowanie fizyczne w
 Niemczech mogło się stać środkiem wy-
 chowawczym pod względem ujednostaj-
 nienia niemieckiego systemu, tymcza-
 sem celu tego w zupełności nie osią-
 gnięto. Mówi on, że pewne oznaki wska-
 zują na to, że i w wychowaniu fizyc-
 znym przygotowuje się zasób sił na
 wielką skalę. Autor twierdzi, że naj-
 wcześniej ukazały się jeszcze wy-
 tyczne w dziedzinie sportu. W nar-
 ciarstwie różne systemy dążą do po-
 łączenia się w jeden. W lekkiej atle-
 tyce ostatnie wyniki przedstawiają
 piękny obraz. W ślad za sportem po-
 stępuje gimnastyka, tu trzeba się by-
 ło wyrzec jednostronnego systemu.
 Jako środek ku temu posłużyły obce
 systemy. Dziwna rzecz, że po wielkich
 walkach ostatnich lat systemy te po-
 stępują obok siebie. Zdaniem autora
 Niemcy z czasem będą bez własnego
 systemu. Na taki obrót rzeczy nie
 można się zgodzić. Na „bojownicze"
 przejście nie potrzeba żadnego nowe-
 go systemu, lecz potrzebny jest nowy
 ruch. Czas, w którym się przygoto-
 wało ćwiczenia za pomocą „głowy"
 już minął.

Początek ruchu stanowił marsz i bieg. Jego zdaniem Niemcy są ściśle związani z temi zasadami. Ruch oparty na nich uczyni ćwiczenia naturalnymi, pojedynczemi i żywemi.

Mówi on, że dotąd trzeba było stawiać granice między sportem, grami, gimnastyką i tańcem.

Przez ćwiczenia poszczególnych grup mięśniowych dochodzi się do udoskonalenia całego ciała. Przeto też autor uważa ćwiczenia za rzecz niezbędną jak pokarm i napój dla organizmu. Gimnastyka dąży przez doskonalenie ciała do piękna i rozwoju ducha. Dla niej droga jest taka ważna jak sam cel. Gimnastyka stanowi w szkole cielesnej odrębne pole działania. Inne stanowisko zajmuje sport, chociażby już dlatego, że jego wyniki podlegają ocenie.

Autor twierdzi, że idea wzięła przewagę. Wyszło się bowiem od po-

szczególnych części, a człowiek jest przecież całością niepodzielną.

Autor podkreśla, że wyniki w sporcie doprowadziły Niemców do oceny dobra sportu. Piękną tradycję ma marsz, bieg i rzut oszczepem. Wszelkie rzuty i skoki są połączone z biegiem. Biegów dopatrujemy się także w jeździe konnej i narciarstwie. Jeśli weźmiemy pod uwagę sposób pływania np. czałkiem, to widzimy i tam zmiany, dawniej (a często i obecnie) biło się nogami o powierzchnię wody, dziś przechodzimy do systemu uderzania nogami raczej z dołu, pod warstwą wody. Zdaniem autora należy takie udoskonalenia wprowadzić w wszelkich systemach. Szkoleniem cielesnem nazywa on natomiast doskonalenie się bez przyrządów w wszelkich możliwych kierunkach, a szkolenie takie uważa za źródło zdrowia.

A. Ż.

Z Towarzystw, Instytucyj i Zjazdów

Posiedzenie lekarzy szkolnych w wydziale wychowania fizycznego i higieny szkolnej Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego w dniu 19 stycznia 1933 roku

Przewodniczący: *Dr. St. Kopczyński*, Sekretarz: *Dr. J. Rauch-Sobolewska*. Obecnych osób 72.

Przewodniczący oznajmia, że wyszedł już z druku VI zeszyt „Higieny szkolnej”, zawierający prace dr. W. Sterlinga, dr. M. Grzegorzewskiej i dr. St. Kopczyńskiego.

W języku francuskim wyszła książka „Hygiène scolaire” Dr. Dufestel’a, z licznymi wzmiankami o higienie szkolnej w Polsce.

Między 1—8. II. jak corocznie przypada tydzień propagandy przeciwalkoholowej; bardzo udatne tablice i pocztówki, ułatwiające prowadze-

nie pogadanek, wydał Dyrektor Duchowicz ze Lwowa; można je nabywać w lwowskiej Lidze szkolnej przeciwalkoholowej.

Między 6—12. II odbędzie się w C. I. W. F. Kurs informacyjny z zakresu „Wychowania Fizycznego”; obok lek. wojskowych może w nim wziąć udział 15 lekarzy cywilnych, którym przysługuje prawo korzystania z pewnych udogodnień w utrzymaniu i pomieszczeniu.

W Revue internationale de Médecine Professionnelle et Sociale (Organ A. P. I. M. znajduje się interesująca odpowiedź na obszerną ankietę w

sprawie opieki higienicznej nad uczniami w różnych krajach; odpowiedzi na pytania udzieliło kilka państw w tej liczbie i Polska; referat oparty na tym materiale będzie przedmiotem dyskusji na jednym z posiedzeń lekarzy szkolnych.

Dr. Mitkiewicz zaznajamia zebranych z treścią okólnika Min. W. R. i O. P. z XII. 1932 r., dotyczącym opieki nad zdrowiem młodzieży szkół wyższych; możliwe jest, że na skutek tego okólnika szkoły wyższe będą upominały się o Karty Zdrowia maturzystów.

Dr. Krygierowa proponuje przeprowadzenie przez lekarzy szkolnych ankiety wśród uczniów, jak wyzyskali ferie świąteczne, dane uzyskane z ankiety mogłyby wykazać czy celowe było przedłużenie tych wakacji.

Przewodniczący uważa tego rodzaju ankietę w roku bieżącym za przedwczesną, ponieważ nauczycielstwo i lekarze szkolni zostali niejako zaskoczeni reformą i nie mieli wskutek tego czasu poczynić przygotowań do wycieczek, kolonji i t. p.; pozatem wobec ogromnej ilości szkół, których reforma dotyczyła, opinja kilkunastu szkół warszawskich nie miałaby znaczenia. Następnie docent *dr. Rutkowski* wygłasza referat pod tyt. „Dziecko leniwe”. Referent najpierw podniósł złożoność i doniosłość zagadnienia lenistwa.

Lenistwo u dziecka nosi odrębny charakter. Dziecko w wieku przedszkolnym nie jest leniwe. Z chwilą dopiero gdy na wątle jego barki zostaną nałożone nowe ciężary, do których dziecko nie przywykło i z którymi radzić sobie nie nauczyło się, a przytem, gdy zjawiają się warunki życiowe niepomysłne, dziecko wówczas staje się leniwem. Lenistwo jest wypadkową wielu czynników i zależy od konstytucji fizycznej osobnika, od funkcjonowania normalnego wszystkich narządów jego organizmu, od wpły-

wów otoczenia (domu i szkoły), warunków higienicznych, od stanu zdrowia i choroby. Referent rozpatrzył szczegółowo wszystkie te czynniki. Skoro je usuniemy, jak twierdzi referent, wówczas mniej będzie dzieci leniwych, a zawiły i doniosły problemat prędej i skuteczniej znajdzie rozwiązanie.

W dyskusji *dr. Piotrowska* podkreśla, że kwestja lenistwa ucznia jest ważnym zagadnieniem nie tylko dla lekarza lecz i dla pedagoga i, że lenistwo niezawsze jest cechą neuropatologiczną dziecka lecz, że bywa czasem wpływem złego ustosunkowania się domu lub szkoły do psychiki dziecka. Jako przykład służyć może lenistwo „beznadziejności”, wywołane niedostatecznym przygotowaniem dziecka do stawianych mu wymagań; dalej lenistwo „wygodnictwa”, spotykane zwłaszcza u dzieci rozpieszczonych, które posługują się niem dla skupienia na swej osobie uwagi, drogą kontrastu np. z pilnem rodzeństwem i dla podniesienia swego samopoczucia; tu należy też lenistwo „ucieczki” jako środek samoobrony u dzieci proletariatu, zbyt przeciążonych zajęciami domowymi.

Co do zdolności skupienia uwagi uważa *Dr. p. Piotrowska*, że prelegent czas trwania jej zdolności ocenił zbyt skąpo, albowiem wiadomą jest rzeczą, że dziecko zainteresowane jakimś przedmiotem potrafi godzinami nim się zając; w szkole zależy też zdolność skupienia w dużym stopniu od sposobu prowadzenia lekcji; ciekawe byłoby właśnie wiedzieć jaki % leniwych wykazują szkoły przy różnych systemach nauczania. Wreszcie *Dr. Piotrowska* podnosi wartość wskazówek udzielanych wychowawcom dzieci leniwych w poradniach wychowawczych, (w Warszawie, Nowogrodzka 7).

Dr. Sokal zapytuje, jaki wpływ na lenistwo ucznia mogą mieć jego rówieśnicy w tej samej klasie i czy wska-

zany jest podział klasy według typów konstytucjonalnych czy też raczej korzystniejsze jest pomieszenie typów w klasie?

Dr. Korsakówna tłumaczy lenistwo u niektórych dzieci ich bezradnością wobec materiału nauki zbyt obfitego i przerabianego w nadmiernie szybkim tempie; racjonalizacja nauczania powinna się odnosić nie tylko do uczniów lecz także i do nauczycielstwa, które nie zawsze może podoląć nadmiernym obowiązkom, niekiedy chodzi tu o okres przejściowy.

Dr. Frühaufowa uważa, że indywidualizacja nauczania jest obecnie stosowana już w praktyce i że nauczanie odbywa się bez przemęczenia nawet i w szkołach wiejskich.

Dr. Grzywo-Dąbrowska wskazuje na uczni leniwych typu cyklothymików, których ilość według dzieła „La personnalité humaine”, wynosi około 15% ogółu uczniów; są to uczniowie lękliwi, którym brak inicjatywy i których trzeba czas jakiś umiejętnie prowadzić, nie pozostawiając im zbyt dużo samodzielności.

Przewodniczący wspomina jeszcze o lenistwie u dzieci wskutek astenji

po chorobach zakaźnych, następnie omawia przypadek niedorozwoju umysłowego wskutek śluzu obrzęku (przytoczony w „Higijenie szkolnej”), leczonego z doskonałym skutkiem przez regularne podawanie thyreoidyny w ciągu lat 12.

Prelegent nawiązując do przytoczonego przypadku, leczonego thyreoidyną, podaje przykład sukcesu organoterapii z własnej praktyki.

W odpowiedzi na kwestję poruszoną w dyskusji odpowiada prelegent, że lenistwo „wygodnictwa” zdarza się u dzieci, którym rodzice zbyt ułatwiają przezwyciężanie wszelkich trudności życiowych, dają korepetycje i t. p., wskutek czego uczeń traci zainteresowanie i brak mu aktywnej podstawy.

Co się tyczy długości skupienia uwagi, to prelegent miał na myśli skupienie w czasie lekcji, a nie w czasie zabawy.

Indywidualizacja uczniów w klasie w praktyce jest trudną.

Wzajemny wpływ uczniów w klasie jest oczywiście nieunikniony, naśladownictwu jednak poddają się jedynie jednostki mniej odporne.

Posiedzenie zamknięto o godzinie 20-10.

Posiedzenie Koła lekarzy szkolnych wraz z oddziałem warszawskim Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego w dn. 14 grudnia 1932 r. w lokalu gimnazjum im. Reja w Warszawie

Przewodniczący: Dr. St. Kopczyński. sekretarz: *Dr. K. Mikułski*, osób obecnych 110.

Na wstępie *przewodniczący*, witając zebranych, podkreśla doniosłość wspólnych zebrania lekarzy szkolnych i psychiatrów dla omawiania zagadnień z dziedziny psychopatologii i higieny psychicznej wieku młodzieńczego.

1. Następnie doc. *Dr. Wł. Sterling* wygłosił referat: *Z b o c z e n i a u m y ś l o w e o r a z z b o c z e n i a c h a r a k t e r u d z i e c k a*

w ś w i e t l e n a u k i o w y d z i e l a n i u w e w n ę t r z n e m .

Mówca na wstępie podkreślił rolę gruczołów o wydzielaniu wewnętrznym (przysadki, grasicy, nadnercza, narządów rodnych i innych) na rozwój fizyczny dziecka, a następnie rozpatrzył różne cechy psychopatyczne, jakie występują u dzieci i młodzieży w przypadkach zaburzeń tych czynności w sensie nadmiernej lub niedostatecznej czynności tych gruczołów.

2. *Dr. St. Bogusławska* przedsta-

wiła rentgenogram zdjęty z jamy brzusznej 16-letniej uczennicy, dotkniętej rozszczepieniem psychicznym (schizofrenją), która połknęła kilkanaście twardych przedmiotów (w tem agrafkę, szpilkę od włosów i t. p.). Przedmioty te chora samorzutnie wydalila podczas obfitego wypróżnienia.

3. *Dr. J. Handelsman i Dr. P. Krukowski* przedstawili: a) przypadek porażenia postępującego dziecięcego, b) przypadek psychozy po szkarlatynie u dziecka.

Przypadek pierwszy dotyczył 12-letniego chłopca, obciążonego dziedzicznie (ojciec przeżył kiłę, matka — psychozę). Już w 3-im roku życia chłopiec ten zaczął zdradzać objawy cierpienia umysłowego (dziwaczył), w 6-ym zaczęła mu się psuć mowa, a w 10-ym roku zaczął doznawać coraz potężniejszego osłabienia władz umysłowych. Badanie przedmiotowe wy-

kazało wybitne braki inteligencji (Iloraz int. — 0,53) oraz liczne objawy schorzeń układu nerwowego na tle kiły dziedzicznej. Rozpoznanie — paraliż postępujący dziecięcy.

Przypadek drugi dotyczył 7-letniego chłopca, nieobciążonego dziedzicznie, który po przebyciu w 6-ym roku szkarlatyny uległ zaburzeniom psychicznym, a mianowicie zaczął wpadać to w stan podniecenia, to przygnębienia, często stwierdzano u niego dezorientację w czasie i w przestrzeni. Mówcy rozpoznają u chorego z pewnemi zastrzeżeniami dziecięcą postać oligofrenji.

W dyskusji zabierali głos: d-rzy: *Niwiński, Higier, Sterling, Bychowski* senjor i junior, przewodniczący, podnosząc trudności rozpoznawcze przypadku.

Posiedzenie zamknięto o godzinie 22.15.

Studjum Wychowania Fizycznego przy Uniw. Pozn. Sprawozdanie za I trym. r. ak. 1932/33

W p i s y na Studjum Wych. Fiz. przyjmowano w b. r. w czasie od 1—10 września 1932. Liczba zgłoszonych kandydatek przewyższała znacznie liczbę kandydatów. Wszyscy zgłoszeni byli poddani próbie psychotechnicznej (po raz pierwszy w Studj. zastępowanej), próbie sprawności fizycznej oraz badaniom lekarskim. Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc przyjęto na kurs pełny tylko 20 osób (9 pań i 11 panów), na kurs uproszczony 19 osób (10 pań i 9 panów), a na kurs medycyny szkolnej i sportowej 21 osób (15 pań i 6 panów).

M ł o d z i e z a k a d e m i c k a Wydz. human. i mat.-przyr., uzupełniająca swoje studia obowiązkowe wykładami z zasad wychowania fizycznego i higieny szkolnej oraz ćwiczeniami w gimnastyce i w grach, korzysta z wykładów, instruktorów i pomieszczeń

Studjum (patrz „W. F.” nr. 11, r. 1930 i nr. 4, r. 1931). W tym roku powiększono liczbę przyjęć tak, że ćwiczy obecnie 102 panów w 3 grupach i 219 pań w 6 grupach. Ponadto korzysta w dalszym ciągu z urządzeń Studjum V grupa Państw. Wyższych Kursów Nauczycielskich w Poznaniu, która w bież. roku liczy 30 panów i 13 pań.

P r a c e n a u k o w e. Geneza zabaw i gier ruchowych stanowi od dawna temat badań Studjum W. F., a dzięki przyjęciu akcji tej przez Komisję Rady Naukowej Wychowania Fizycznego obecnie rozszerzono znacznie zakres pracy. W pracy tej, której inicjatorem i kierownikiem jest dyrektor Studj. W. F. p. prof. *Piasecki*, bierze udział kilkunastu absolwentów i starszych studentów. Niezależnie od tego dokonuje się cały szereg badań naukowych z innych dziedzin. Prace

z dziedziny hematologii prowadzi p. dr. *Deżyna*, z zakresu ortopedji i wych. fiz. łącznie z Zakł. Ort. im. Gąsiorowskich prowadzi p. Dr. *Dega*, z anatomji łącznie z Zakł. Anatomji U. P. p. Dr. *Kamiński*. Prace z fizjologii odbywają się pod kierunkiem p. prof. *Zbyszewskiego*, z psychologii ćwiczeń cielesnych pod kierunkiem prof. *Błachowskiego*, z pedagogiki pod kierunkiem prof. *Bykowskiego*.

W dniach 29—30. XII. 1932 r. złożyli egzamin magisterski z wychowania fizycznego przed komisją egzami-

nacyjną Studjum W. F. pp. *Golkowska* Józefa i *Golebski* Eugenjusz.

W dniach od 28. XII. 32 r. do 8. I. 33 r. odbył się w Zakopanem VI-ty kurs narciarski Studjum W. F. Udział wzięło 44 panie i 25 panów. Kierownictwo kursu spoczywało w rękach p. wizyt. *W. Sikorskiego*. Opiekę lekarską kursu objął p. Dr. *W. Dega*, instruktorami byli pp. *Lanżanka*, *Pigoniówna*, *Balcer*, *Mgr. Lange*, *Sagański*.

Posiedzeń seminaryjnych odbyto w I trym. 9, na których odczytano i przedyskutowano 13 referatów.

Kurs Sportów Zimowych Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego

Centralny Instytut Wychowania Fizycznego przy organizacji swoich kursów sportowych nie kieruje się wyłącznie względami dydaktycznymi, ale dąży przede wszystkim do zdobywania i popularyzacji nowych ośrodków dla naszej turystyki letniej i zimowej.

W związku z tem w bieżącym roku zorganizowano kurs sportów zimowych w Worochcie, która posiada doskonale tereny i jednocześnie stanowi znakomity punkt wyjścia dla licznych wycieczek. Kursy narciarskie dla początkujących poświęcone były technice jazdy i krótszym wycieczkom natomiast program kursu dla sprawnych obejmował wycieczkowanie, jazdę terenową i instruowanie.

Początkowo w Worochcie mała ilość śniegu uniemożliwiała jazdę terenową, to też grupy narciarskie drugiego roku Studjum przebywały kolejno w schronisku na Zaroślaku, gdzie warunki śnieżne były zupełnie dobre.

Szkolenie odbywało się ściśle według opracowanego na nowych zasadach planu. W grupach męskich i żeńskich stosowana była metoda równoległego nauczania ćwiczeń z trzech zach-

adniczych technik jazdy na nartach: techniki rozmachowej, oporowej i skocznej. Metoda ta mimo stosunkowo ciężkich warunków śnieżnych dała bardzo dobre rezultaty w porównaniu z zeszłymi latami. Wyniki wydajniejsze uzyskano z następujących powodów:

1) ciągła zmiana terenu i szukanie odpowiedniego śniegu i terenu do odpowiednich ćwiczeń z danej techniki przyzwyczajają odrazu ucznia do umiejętnego stosowania takich ewolucyj, jakich wymaga śnieg i teren,

2) stosowanie stopniowo i równoległe w sumie większej ilości ewolucji z każdej techniki daje możliwość uczniom indywidualnie łatwiejszego i szybszego opanowania tych ewolucyj, które im bardziej odpowiadają, czy to ze względu na samą budowę i rozwinięcie odpowiednich grup mięśniowych, czy też ze względu na dyspozycje psychomotoryczne,

3) opanowanie ćwiczeń przez uczniów z trzech odpowiednich grup nawet nierównomiernie, daje możliwość jednak metodycznego poznania całej techniki narciarskiej i łatwiejszego doszkolenia się samemu i w nauczaniu innych.

Stopniowe stosowanie wycieczek bliższych i dalszych oraz wysokogórskich dla II roku oswoiło uczniów z terenem, którzy nabrali wiary w swoje siły i przekonali się, że przebycie na nartach nawet kilkudziesięciu klm. dziennie przy dużym mrozie nie jest straszne dla narciarza, o ile posiada dobrze dopasowany sprzęt i odpowiedni ekwipunek. Wycieczki były opracowane zawsze przez uczniów zawczasu, następnie korygowane przez instruktorów i uzgadniane z kierownictwem. W ten sposób uczniowie zmuszeni byli do zapoznania się z mapą i zdobycia informacji u ludności miejscowej, znającej drogi i przejścia.

Organizowanie przez uczniów wycieczek przyzwyczało ich do odpowiedzialności za wydane swym kolegom zarządzenia w kwestiach zaprowiantowania oddziału, zakwaterowania na noclegach, zabezpieczenie możliwości naprawy sprzętu oraz zapewnienie odpowiedniej pomocy lekarskiej i za przeprowadzenie wycieczki. Po odbyciu każdej wycieczki słuchacze przedkładali instruktorom opisy wycieczki z doręczeniem dokładnego szkicu trasy. Opis i plan wycieczki instruktorzy porównywali na zebraniach i omawiali ze słuchaczami ewentualne zmiany, które nastąpiły w trakcie przeprowadzania wycieczki. Bardziej szczegółowe i literacko lepiej opracowane opisy wycieczek będą ogłaszane w prasie.

Wielką ilość wycieczek, jaką słuchacze odbyli w bliższych i dalszych okolicach Worochty dała możliwość słuchaczom poznania ludności huculskiej i zbliżenia się do niej. Większość słuchaczy zetknęła się po raz pierwszy z ludnością Huculszczyzny, która ich zaciekaowała i zainteresowała swymi zwyczajami, pięknym strojem, sposobem zamieszkania, lokomocji i t. p. Wzajemne zainteresowanie się ludno-

ści miejscowej i słuchaczy przejawiało się w niezliczonych rozmowach i opowiadaniach. Słuchacze odnosili się do ludności bardzo przyjacielsko i serdecznie.

Wycieczki w tym roku dały możliwość słuchaczom poznania jednej z najpiękniejszych naszych połaci kraju, zobaczenia wysokich gór, do których jako narciarze nabrali sentymentu.

Wiele cennych wiadomości o Huculszczyźnie zyskali słuchacze dzięki wykładowi z przezrociami wygłoszonymi przez delegata woj. Stanisławowskiego kustosza biblioteki miejskiej w Stanisławowie p. Grabowskiego, który znając Huculszczyznę omówił Pokucie wyczerpująco.

W planie tego kursu łyżwiarstwo było znacznie szerzej ujęte niż w roku ubiegłym, lecz nie dało się przeprowadzić z braku ślizgawki w ciągu trwania całego kursu. Zapewnionej ślizgawki komisja klimatyczna nie przygotowała. W drugim tygodniu urządzili ją słuchacze na Prucie we własnym zakresie.

Kurs oficerski i rocznik II Studium dwuletniego w oddziale żeńskim i męskim opanowali wszechstronnie technikę jazdy terenowej, i umiejętność instruowania. Rocznik pierwszy w r. bieżącym wykazał postępy znacznie większe niż obserwowane dotychczas, co zezwoliło na odbycie z tym rocznikiem wycieczek wysokogórskich w bardzo trudnych warunkach. A jak dalece początkujący narciarze tego rocznika opanowali technikę jazdy, świadczyć może to, że pomimo bardzo trudnych warunków terenowych, zdarzyły się tylko dwa poważniejsze wypadki uszkodzeń w istocie swej błahych.

Obsadę instruktorską kursu stanowili:

Kpt. Szuszkiewicz, Kpt. Baran, Kpt. Chrupek, Kpt. Reyman, Kpt. Mierzejewski, Kpt. Nycz, Kpt. Herhold, Kpt.

Skierczyński, Por. Suchorzewski, p. Prażmowska, ins. Chrupczałowska, as. Cichocka, as. Wiąckówna, as. Skład, as. Roszko, as. Resjonka, as. Paczyński, wachm. Stamm.

Opiekę lekarską pełnili: kpt. dr. Jaworski i dr. Budkiewiczówna.

Do odznaki narciarskiej przeprowadzonej w Warszawie dla słuchaczy i słuchaczek studjum dwuletniego i w Krynicy dla rocznego kursu oficerskiego startowało: kobiet 32, zdobyło 29, mężczyzn 52, zdobyło 50, oficerów 21, zdobyło 21.

WYCIECZKI:

I rok Męski: 1) jednodniowa wycieczka do Jabłownicy i do Przełęczy Tatarskiej,

2) jednodniowa wycieczka na Kukul połączona z gotowaniem jedzenia,

3) trzydniowa wycieczka z Worochty na Zaroślak, na Howerlę i pod Kozły.

I rok Żeński: 1) Wycieczka przez Jabłonicę na Przełęcz Tatarską,

2) Trzydniowa wycieczka na Zaroślak, Szpycie i Kozły.

II rok Męski: I grupa 8 wycieczek jednodniowych z jedną czterodniową: z Worochty do Woronienki na Kiczere, Worochciański i do Jabłownicy oraz do schroniska P. T. T. na Zaroślaku, skąd wyruszono na szereg szczytów: Szpycie, Howerla, Pożyżewska-Dancerz-Turkuł i Szpycie.

Wycieczka czterodniowa zorganizowana i przeprowadzona przez słuchaczy pod nadzorem instruktora, z Worochty do Żabiego, z Żabiego do Dżembronii, z Dżembronii na Zaroślak, z Zaroślaka do Worochty.

II grupa odbyła 8 wycieczek jednodniowych i jedna czterodniowa:

Z Worochty do Woronienki, do Jabłownicy i Tatarowa na Chomiak.

Z Worochty na Zaroślak i dalsze wycieczki jednodniowe:

Szpycie Howerla - Turkuł, Munczel.

Wycieczka czterodniowa zorganizowana i przeprowadzona przez słuchaczy pod opieką instruktora z Worochty na Zaroślak, z Zaroślaka do Bystrzyca przez Szpycie, z Bystrzyca do Żabiego, z Żabiego do Worochty.

III grupa 6 wycieczek jednodniowych i jedną trzydniową:

Z Worochty na Rebrowacz i Worochciański, do Jabłownicy i Woronienki, na Zaroślak i na Kozły—Tomnatyk — mały Zaroślak, na Szpycie, na Kuźnierską, na Howerlę — Pożyżewską — Dancerz.

Wycieczka trzydniowa z Zaroślaka Bystrzyc, Żabie, Worochta.

II rok Żeński: I i II grupa wycieczki jednodniowe:

Z Worochty do Woronienki, do Jabłownicy.

Z Worochty na Zaroślak i na Szpycie, Howerlę, do Wodospadu, na Dancerz.

Wycieczka czterodniowa zorganizowana i przeprowadzona przez słuchaczki w obecności instruktora, z Worochty do Żabiego, z Żabiego do Bystrzyca, z Bystrzycy przez Maryszewską na Zaroślak z Zaroślaka do Worochty.

III grupa: wycieczki jednodniowe:

Z Worochty na Kiczere, Robrowacz i do Woronienki, z Worochty na Zaroślak i pod Szpycie, na Howerlę, na Kuźmierską.

Wycieczka trzydniowa zorganizowana przez słuchaczki i przeprowadzona w obecności instruktora. Z Zaroślaka przez Szpycie do Bystrzyca, z Bystrzyca do Żabiego, z Żabiego do Worochty.

Długie wycieczki II roku odbywały się od dnia 20-go do dnia 25-go stycznia na trasie Worochta — Żabie — Bystrzyc — Dżembron — Zaroślak — Worochta w dwóch kierunkach. Wycieczki wysokogórskie odbywały się w dniach od 9-go do 20-go stycznia z Zaroślaka.

Kronika.

III. Kurs informacyjny dla lekarzy w Centr. Inst. Wych. Fiz. W czasie od 6—18 lutego b. r. odbył się w Centralnym Instytucie Wychowania Fizycznego dwutygodniowy kurs informacyjny dla lekarzy, w którym wzięło udział 35 uczestników ze sfer wojskowych i cywilnych. Celem kursu było przygotowanie lekarzy do współpracy w dziedzinie wychowania fizycznego na terenie szkolnictwa, oddziałów wojskowych, poradni sportowo-lekarskich i stowarzyszeń. Program kursu obejmował 90 godzin wykładów i zajęć praktycznych, przyczem szczególny nacisk skierowany był na pracę praktyczną lekarzy w poradniach sportowych. Poza wykładami i ćwiczeniami praktycznymi uczestnicy kursu brali udział w lekcjach gimnastyki, gier, zabaw oraz zwiedzili Państw. Zakład Higijeny, Centrum Badań Lotniczych i Ośrodek Wych. Fiz. w Warszawie.

Program kursu między innymi objął wykłady:

1) Wpływ ćwiczeń na narządy i funkcje — Dr. Docent Reicherówna.

2) a) Znaczenie lecznicze ćwiczeń cielesnych,

b) Przeciwwskazania do ćwiczeń ruchowych,

c) Metodyka badań sportowo-lekarskich — Dr. Doc. Reicherówna.

3) a) Właściwości i błędy postawy i budowy,

b) Stawy a sport — wskazania i przeciwwskazania ze strony stawów; ochrona stawów słabych lub uszkodzonych. Uraz przedłużony — Doc. Dr. Wojciechowski.

4) Oczy — a sport: schorzenia oka wykluczające udział w sporcie, olśnienie (istota, skutek, zapobieganie, leczenie) — Doc. Dr. Melanowski.

5) Higijena ćwiczeń ruchowych (higijena marszu, biegów, skoków, sportów wodnych, taternictwa i obozów letnich) — Doc. Dr. Szulc.

6) Właściwości rozwoju organizmu ludzkiego — Dr. Bogdanowicz.

7) Organizacja wychowania fizycznego ze specjalnem uwzględnieniem szkolnictwa — Mjr. Błoński.

8) a) Obowiązki lekarza sportowego, jako doradcy fachowego i kontrolera ćwiczeń w poradni sportowo-lekarskiej,

b) Obowiązki lekarza szkolnego w zakresie wychowania fizycznego z uwzględnieniem współdziałania z kierownikiem w. f. w szkole,

c) Obowiązki lekarza oddziałowego w wojsku, oddziałach p. w. i hufcach szkolnych,

d) Lekarz sportowy, jako badacz ćwiczeń cielesnych — Kpt. Dr. Jaworski.

e) Praktyka badań sportowo-lekarskich — Kpt. Dr. Jaworski, Dr. Budkiewiczówna.

9) Praktyczne zasady metodyki gimnastyki — Kpt. Szuszkiewicz.

Na zakończenie kursu uczestnicy opracowali ankietę i uwagi dotyczące kursu. Materiał ankietowy wskazuje na to, że kurs pod każdym względem osiągnął swój cel, przyczem w uwagach wyrażono opinię, ażeby każdy lekarz zamierzający poświęcić się pracy na polu szkolnictwa i wych. fiz. odbywał podobny kurs przynajmniej dwukrotnie, ewentualnie jeden kurs lecz wówczas należałoby go rozszerzyć.

11.208 harcerzy w Wielkopolsce. Chorągiew Poznańska Harcerzy — składająca się z drużyn harcerek z terenu Województwa Pocznańskiego — najliczniejsza i z wszystkich Chorągwi Związku Harcerstwa Polskiego najsprawniej pracująca

Choraław, przekroczyła w roku ubiegłym — jak wykazała sporządzona statystyka liczbę 11.000 harcerzy. Warto z tej okazji podać kilka cyfr porównawczych z rokiem 1931.

Wśród instruktorów było: 1931 1932

harcistrzów Rzplīt.	1	1
"	36	36
podharcistrzów	98	109
działacze harcerskich	9	13
hufcowi bez stop. instr.	3	12
drużynowych b. st. ins.	115	200
starszych harcerzy	222	485

Wśród młodzieży:

harcerzy	5891	7625
zuchów	1339	2727
	<u>7174</u>	<u>11208</u>

Drużyn liczyła Choraław w roku 1931 — 199, natomiast w roku 1932 stan drużyn powiększył się do 246. Hufców (skupiających w większych miastach kilka drużyn) było: w r. 1931 — 30, w r. 1932 — 39. Działalność Chorałwi rozciągała się w r. 1931 na 93 środowiska, w r. 1932 jest na terenie Chorałwi 106 środowisk.

Osobne miejsce poświęcić należy zuchom (Chłopcy od lat 6—11), których jest na terenie Chorałwi jak wykazano powyżej 2727 co stanowi w stosunku do r. 1931 wzrost o przeszło 1000 zuchów. Dodać przytem należy, że na terenie Chorałwi jest 140 gromad, tymczasem w r. 1931 było ich zaledwie 47. Wynika stąd, że Choraław Poznańska Harcerzy kroczy naprzód w pierwszych szeregach „ofenzywy zuchowej”.

Nie mniej interesująco przedstawiają się cyfry z akcji letniej w roku 1932. Urządzono:

obozów wędrow.	25	z	udz.	215	harc.
" stałych	107	"		10831	"
kolonji	17	"		463	"
	<u>149</u>			<u>11509</u>	

Pozatem odbył się tradycyjnym zwyczajem w Zielone Świątki pod Po-

znaniem Zlot Harcerstwa Wielkopolskiego, w którym wzięło udział przeszło 2000 harcerzy.

Na podstawie tych cyfr stwierdzić można, że Choraław Poznańska Harcerzy z swym Komendantem mgr. fiz. l:m. Wł. Czarnieckim na czele dalej kroczyć będzie w swej pracy organizacyjnej w pierwszych szeregach wszystkich Chorałwi Z. H. P.

(jar).

Polskie szlaki turystyczne. W zrozumieniu braku literatury opisowej, naszych rejonów turystycznych ukazały się nakładem Dyrekcji Okręgowej Kolei Państwowych w Krakowie w czterech wydaniach *wielobarwne mapy plastyczne* krakowsko-śląskiego i wschodnio-karpackiego rejonu turystycznego.

Mapy te wykonane techniką rotogrąjurową w opracowaniu znanego kartografa T. Zwolińskiego są koniecznym „Vademecum” każdego turysty. Przedstawiają szczegółową rzeźbę terenu, obejmując całą Rzeczpospolitą, obrazują rozmieszczenie miast, główne połączenia kolejowe i szlaki samochodowe.

Prócz swej wartości komunikacyjnej stanowią one pożądaną pomoc dydaktyczną, winne się więc znaleźć, nie tylko w rękach każdego turysty ale także i w zbiorach wszystkich instytucyj szkolnych.

Polecamy je jako pierwsze tego rodzaju poważne wydawnictwo w Polsce.

Cena egzemplarza za formatu 112/60 cm 2 Zł. 50 gr, formatu 70/50 cm 1 Zł. 50 gr.

Mapy te można nabyć we wszystkich Dyrekcjach Kolejowych, na stacjach kolejowych w całym kraju, w księgarniach kolejowych „Ruch” oraz w biurach P. B. P. „Orbis” i „Wagons Lits Cook”.

