

274

Biblioteka uniwersytetu ludowego
im. A. Mickiewicza w Przemyślu

~~L 2052~~. 79
1/2



WYCHOWANIE FIZYCZNE
MŁODZIEŻY SZKOLNEJ.

Biblioteka uniwersytetu ludowego

im. A. Mickiewicza w Przemyślu.

L w Samborze.

2052 79

11

1875

WYCHOWANIE PRACY
MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

1875

1875

1875

1875

1875

Dr. ALFRED WINOGRODZKI.

10 112

**WYCHOWANIE FIZYCZNE
MŁODZIEŻY SZKOLNEJ.**

Uwagi nad stosunkiem obecnego
wychowania umysłowego i fizycznego
w naszych szkołach średnich.

**Biblioteka uniwersytetu ludowego
im. A. Mickiewicza w Przemyślu.**

2052.

**SAMBOR.
NAKŁADEM AUTORA.**

1906.

B-57328

Z drukarni Herciga Wiesenberga w Samborze.

BIBLIOTEKA
UMCS
LUBLIN

Kultura

K. 1160/56/2551

Wychowanie fizyczne młodzieży szkolnej.

Wychowaniem fizycznym ze zrozumieniem istoty rzeczy zajmowali się już Grecy i odróżniali dokładnie wychowanie fizyczne od atletyzmu. W system pentatlon ujęli: skok w dal, rzucanie włócznią, rzut dyskiem, bieg trwały i zapasy.

W dawniejszych czasach ćwiczenia fizyczne nie posiadały tej doniosłości jak obecnie, a przyczyna tego leży w ogromnej zmianie życia i stosunków. Dawniej przepędzał człowiek większą część życia na świeżem powietrzu w pracy lub zabawie fizycznej, był w przeważnej części rolnikiem lub rycerzem. Ze wzrostem liczby ludności, handlu i przemysłu i z postępem nauk musiały się zmienić stosunki i sposoby życia. Liczba fabryk i szkół się zwiększa. Dziecko zamiast rozwijać się swobodnie w ruchu na wolnym powietrzu, przepędza czas swego rozwoju w zamkniętych murach szkoły, w niezdrowej i edebce rzemieślnika, dalsze życie upływa na pracy po biurach, warsztatach lub fabrykach, a spoczynek w niezdrowych, zaproszonych i nieprzewietrzanych mieszkaniach. Człowiek nowożytny nie zna prawie swobodnego ruchu na wolnym powietrzu. Życie takie wywołało zgubne skutki dla zdrowia w postaci całego zastępu chorób szkolnych i zawodowych.

Za przykładem Greków, pojmujących dobrze znaczenie ruchowych ćwiczeń dla fizycznego rozwoju młodzieży, poszli Rzymianie. Gry i ćwiczenia ruchowe uprawiali również i Germanie. Od XI. do XVI. w. gimnastyka, jako taka, ustępuje miejsca turniejom, które zastępują ją do pewnego stopnia.

Luter był zapatrywania, iż ćwiczenia fizyczne z tego powodu mają doniosłe znaczenie, że zapobiegają lenistwu i pijaństwu. Zwingli zaś polecał

oddawanie się biegowi, skokom, zapasom i szermierce. Montaigne w XVI. wieku był zdania, iż rozwój fizyczny i umysłowy muszą iść w parze. Rousseau żąda hartowania i ćwiczeń cielesnych.

Basedow (1723—1790), Guts-Muths (1759—1839), Jahn (1778—1852), Eiselen (1793—1846), Spiess (1810—1858), Ling (1774—1839), to ludzie zasłużeni około rozwoju i rozpowszechnienia ćwiczeń fizycznych. Niemożliwym jest wyliczenie w krótkiej rozprawie imion wszystkich ludzi około tej sprawy zasłużonych.

Przytoczone żądania ćwiczeń fizycznych i wspomniani pracownicy świadczą, iż wychowanie fizyczne, to nie jakaś rzecz nowa, lecz dawna, która poszła nieco w zapomnienie, lecz która stosownie do poczynionych na tem polu doświadczeń musi przybrać nowe kształty, nie zmieniając swej istoty i musi się rozpowszechnić. Skoro już dawniej odczuwano potrzebę ćwiczeń fizycznych dla młodzieży i rozumiano dobrze ich korzyści, to tembardziej obecnie potrzebę tę powinno się odczuć, skoro zastępy młodzieży znacznie się zwiększyły, a warunki życia na niekorzyść zdrowia się zmieniły.

Gromadzenie większej liczby ludzi w pewnym miejscu wymaga zawsze zachowania pewnych środków ostrożności. Wiemy, że wiele chorób zakaźnych szerzy się drogą bezpośredniego zetknięcia, w gromadzie bezwarunkowo wystąpić musi. Przepędzanie wielkiej części życia w murach szkolnych i mieszkania pociąga zawsze za sobą pewne szkodliwe skutki dla zdrowia. Ćwiczenia ruchowe mogą zapobiedz tylko brakowi ruchu, jaki w obecnych stosunkach życie za sobą pociąga. Prócz tego należy zapobiegać skutkom życia w murach zamkniętych, szerzeniu się chorób zakaźnych i podawać rady stosownego ubierania ciała, utrzymania czystości skóry i odpowiedniego pożywienia, celem zachowania zdrowia i wytworzenia odporności. — Z przepisów tych, opartych na badaniach i doświadczeniach, powstała nauka higieny.

Chcąc uzyskać prawidłowy rozwój fizyczny młodzieży należy uwzględnić oba czynniki t. j. ćwiczenia ruchowe i zasady higieny.

Dawniej nie znano wprawdzie nazwy higieny, lecz jakoweś pojęcie o zgubnych wpływach niektórych czynników na zdrowie powoli z biegiem czasu objawiało się i otaczano pewną troską pod tym względem młodzież szkolną. I tak wspomina Karbowski, iż w powszechnym szpitalu wrocławskim ufundował Scheyteler w r. 1410 kilka miejsc dla ubogich uczniów. W Nyssie już w 1366 istniały łaźnie studenckie i fundusz bezpłatnych kąpeli dla żaków. Jeden z kanoników katedry warmińskiej zapisał znaczny fundusz na piwo dla biednych uczniów, uważając je za pożywkę. W Poznaniu w r. 1308 uczyniono znaczny zapis na kąpiele dla uczniów, z których w tygodniu miało korzystać 12, a co miesiąca wszyscy.

Zwyczaj i wolność zebrania uprawianego przez żaków dawały powód do rozmaitych gromadnych wycieczek. Już w wiekach średnich pojmano, że przeciążenie uczniów pracą szkodzi fizycznemu i umysłowemu rozwojowi i w dniach wolnych zajmowano młodzież zabawami i urządzano wycieczki.

Młodzież uczęszcza wprawdzie do szkół tylko celem pobierania nauk, znajduje się jednak w wieku wzrastania i rozwoju sił fizycznych, a szkoła obecna w połączeniu z życiem pozaszkolnym przedstawia warunki niekorzystne dla tegoż rozwoju. Najkorzystniejszymi warunkami utrzymania zdrowia i prawidłowego rozwoju są: światło, świeże powietrze, ruch i czystość ciała. Stąd obowiązkiem szkół jest, nie tylko wychowywać młodzież umysłowo w zamkniętych murach, lecz starać się również, aby wychowanie umysłowe nie wpływało szkodliwie na zdrowie i nie powstrzymywało prawidłowego rozwoju fizycznego jej wychowanków i owszem dopomagać do tegoż rozwoju, bronić przed wpływami szkodliwymi i wytwarzać odporność. Cóż uczniowi po wiedzy, jeśli w ciągu nauk

straci zdrowie i nie będzie mógł z nich korzystać? Wychowanie umysłowe i fizyczne muszą być równą pieczęcią otaczane, stosunek ich wzajemny winien być należycie unormowany i przez pedagogów starannie przestrzegany.

Liczba godzin nauki szkolnej wynosi w Niemczech tygodniowo 20 do 22 godzin w klasach niższych, 30 do 32 godzin w klasach wyższych. W naszych szkołach wynosi czas nauki szkolnej od 28 do 31 godzin tygodniowo, wielu uczniów uczęszcza na naukę przedmiotów nadobowiązkowych, co czyni od 4 do 6 godzin tygodniowo. Po dodaniu do liczb tych czasu zużywanego na pracę domową w klasach niższych $1\frac{1}{2}$ godziny, w wyższych 3 godziny dziennie, dojdziemy do liczby od $6\frac{1}{2}$ — 10 godzin dziennie, jako czasu, jaki uczniowie średnio obdarzeni muszą poświęcić pracy umysłowej, aby osiągnąć dostateczne wyniki. Uczniowie słabszymi zdolnościami umysłowymi obdarzeni i ubodzy, oddający się nauce prywatnej, pracują umysłowo o wiele więcej godzin dziennie. Wielu uczniów nie uczęszcza na naukę przedmiotów nadobowiązkowych, by skrócić czas pracy umysłowej, a przyznać trzeba, iż niektóre przedmioty nadobowiązkowe mają donioślejsze znaczenie w późniejszym życiu od niektórych obowiązkowych jak n. p. język francuski i stenografia w porównaniu z językiem greckim!

Ze strony lekarzy żądano zmniejszenia liczby godzin pracy szkolnej, podnosząc, że obecna praca umysłowa jest dla zdrowia szkodliwą, na poparcie jednak tego twierdzenia nie dostarczono żadnych dodatnich dowodów. Zwolennicy zwiększonej liczby godzin nauki szkolnej przytoczyli fakt, iż przed trzydziestu laty liczba godzin nauki szkolnej nie była mniejszą, a żadnych złych następstw ani skarg nie wywołała. Jedni twierdzą, iż obciążenie pracami domowymi było dawniej o wiele mniejszem, drudzy przeciwnie, iż obecnie jest mniejszem, ponieważ przełożeni

przestrzegają przepisu, by nauczyciel w klasie starał się ucznia nauczyć. W rzeczywistości tak nie jest, gdyż wymogi co do prac domowych są zależne od zakładu, klasy i nauczyciela z jednej strony, z drugiej zaś od zdolności i pilności ucznia. Opierając się na faktach trzeba przyznać, iż w niektórych zakładach podział i zakres wypracowań domowych zdrowie uczniów nadwerężają.

Są zakłady i dni tygodnia, w których praca domowa bardzo wiele czasu pochłania z uszczerbkiem zdrowia i rozwoju fizycznego ucznia. Nie istnieje prawie taki zakład naukowy u nas, w którymby praca umysłowa była równomiernie na wszystkie dni tygodnia rozłożoną. Wiemy dobrze, iż są dni w tygodniu odznaczające się takim doborem przedmiotów, który ucznia wprost strachem napełnia i dokładnej i długiej pracy domowej na przygotowanie wymaga. A stan taki zależy nie tylko od doboru przedmiotów, lecz i od składu nauczycieli, gdyż nie wszystkich wymogi są równe. Często zdarza się, iż podczas zadawania lekcji widzi się przygnębienie na twarzach uczniów, ponieważ już z innych przedmiotów otrzymali wiele materiału do przygotowania domowego. Pod tym względem winno istnieć zupełne porozumienie pomiędzy nauczycielami uczącymi w jednej klasie.

Nauczenie ucznia w klasie jest często rzeczą niemożliwą. Jeśli na przedmiot wypadają 2 lub 3 godziny tygodniowo, a uwzględni się, iż nauczyciel musi wypytywać, to przy obecnym przepełnieniu szkół, gdy się ma niekiedy do 70 uczniów w klasie, nauczenie jest niemożliwym.

Wielkie błędy popełniają często nauczyciele przy układaniu podziału godzin; nie uwzględniają mianowicie znużenia umysłowego uczniów, jakie w ciągu pracy występuje. Największą elastyczność posiada umysł i ciało przed południem, najmniejszą po obiedzie, energiczniej pracuje umysł w pierwszych dwóch lub trzech godzinach nauki, o wiele leniwiej w następnych.

W obec tego umieszczanie n. p. w podziale godzin nauki matematyki i fizyki bezpośrednio po sobie w dwóch ostatnich godzinach pracy porannej jest wielkim błędem pedagogicznym; takim samym błędem jest udzielanie przedmiotów wymagających większego nateżenia umysłu po gimnastyce. Niestety przy układaniu podziałów godzin na następstwo zupełnie nie zwraca się uwagi. Minęły bezpowrotnie czasy, a tak bardzo bliskie nas, w których o wychowaniu umysłowym mieli wyłączny i stanowczy głos zawodowi pedagogowie, dziś i nad tą kwestyą zaciężyła ręka lekarzy i higienieści wymagają:

1. ustalenia czasu pracy szkolnej i domowej tak, by całodzienna praca umysłowa wynosiła w każdym dniu tygodnia tę samą liczbę godzin t. j. od 6—7, z uwzględnieniem średnio pod względem umysłowym obdarzonych uczniów,
2. podziału i ustalenia planu prac domowych uczniów na konferencyach nauczycieli,
3. przestrzegania powyższego planu przez gospodarza klasy,
4. rozkładu przedmiotów w podziale godzin według zasad wyżej podanych,
5. badania nauki domowej uczniów przez nauczycieli w bursach i internatach, dla wyrobienia sobie poglądu na ich pracę domową i zastosowania tych wyników przy układaniu planu prac domowych i podziału godzin.

Uczniowie umysłowo zdolniejsi i pilni i przy obecnym stanie radę sobie dają i szkoła osiąga pod względem wychowania umysłowego dodatnie wyniki. Fakt taki jednak nie powinien być nigdy użyty jako broń przeciwko wprowadzaniu rzeczy dobrych, a usuwaniu wad.

Komisya szkolna wykazała w Szwecyi, iż uczniowie pracują umysłowo od 38 do 64 godzin tygodniowo i wyniki są dodatnie, lecz w stosunkach tych znaleziono 34 do 38% uczniów chorych i to chorych

z winy szkoły. Na anemię i blednicę było chorych 12·7⁰/₁₀₀. na nawykowy ból głowy 13·5⁰/₁₀₀.

Dla zaradzenia temu szkodliwemu stanowi wprowadzono w naszych szkołach średnich od kilku lat zbawienną reformę, zmniejszono mianowicie godziny nauki szkolnej do 50 minut i umieszczono po każdej godzinie przerwy najmniej 10 minutowe. Przerwy te stanowią doniosły odpoczynek dla umysłu ucznia i są używane na przewietrzenie sali. Praca po odpoczynku umysłowym, chociaż krótkim i w odświeżonym powietrzu jest o wiele energiczniejszą i sownie nagradza ubytek 10 minut. Jestto dopiero tylko jeden krok naprzód, dążący do usunięcia wad wyżej przytoczonych.

Również i co do metody nauki można pod względem higienicznym wiele zauważyć. Proces myślenia możliwym jest dopiero po uzyskaniu pewnego zasobu wyobrażeń. Stąd w klasach niższych, winna być nauka przeważnie poglądową i pamięciową, a dopiero w klasach wyższych należy wymagać samodzielnego myślenia. Wielką część pracy swej winna poświęcić szkoła ćwiczeniom zmysłów i zdolności obserwowania.

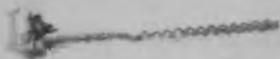
Do celu tego prowadzi nauka na okazach i wycieczki naukowe. Wyszkolanie zmysłów jest bezsprzecznie jednym z najważniejszych czynników wychowania młodzieży, a zatem należy do obowiązków nauczycieli, którzy mają wpajać w młodzież nie tylko wiedzę pozytywną, lecz przyzwyczajając do samoistnych obserwacji, starać się o uzyskanie u wychowanków samoistnego myślenia i samodzielnych sądów. Jeśli szkoła zadania tego nie pełni, to nie jest uprawnioną do wydawania świadectw dojrzałości młodzieży, którą po ukończeniu szkoły średniej jeszczeby na pasku wodzić należało, z powodu braku właśnie zdolności do samodzielnych sądów.

Nauka historii naturalnej, jak również geografii może w tym kierunku wiele działać, jeśli odbywa się

na wolnem powietrzu. Stan taki już istnieje lecz tylko w nielicznych zakładach i wypadkach, a posiada on doniosłe znaczenie i wpływ na stosunek wzajemny wychowania umysłowego i fizycznego, skraca bowiem do pewnego stopnia czas pracy umysłowej uczniów i zmusza ich do przebywania na świeżem powietrzu. Korzyść takiej nauki może być podwójną. Jako nauka pogładowa zapuszcza głębsze i trwalsze korzenie w umysłach, a z powodu prowadzenia na wolnem powietrzu przyczynia się do prawidłowego rozwoju sił fizycznych młodzieży.



Wydawnictwo Uniwersytetu Ludowego
Mickiewicza w Przemyślu.



Reskrypt Min. W. i O. z r. 1904. zastanawia się nad obecnym wychowaniem fizycznym młodzieży szkolnej szkół średnich i dochodzi do wniosku, że od r. 1890. nauka gimnastyki znacznie się wzmogła. Młodzież w coraz liczniejszych wypadkach i z większym zamiłowaniem oddaje się wiosłowaniu, jeździe na rowerach i nartach i bierze udział w zabawach i wycieczkach. Również kąpiele, pływanie i ślizgawka zyskują licznych zwolenników, o ile miejscowe warunki temu sprzyjają i o ile przyczyniają się do tego gminy i towarzystwa. Największe wyniki osiągnięto w uprawianiu zabaw. W niektórych zakładach bierze udział w zabawach 50 do 60% uczniów. Są jednak zakłady, w których zabaw dotychczas jeszcze nie zorganizowano a w dość licznych, liczba uczniów biorących udział w zabawach nie dochodzi do 20%, a liczba zabaw wynosi zaledwie 10 w roku. Jako powody tego stanu podaje reskrypt:

1. trudność w uzyskaniu odpowiedniego miejsca do uprawiania zabaw i gier ruchowych.
2. Małe zainteresowanie grona nauczycieli w tym kierunku.
3. Nieudolność kierowników gier i zabaw.
4. Zły podział godzin, który utrudnia młodzieży oddawanie się ćwiczeniom ruchowym.

Dla zaradzenia temu stanowi rzeczy i dla przyspieszenia postępu na tem polu, poleca reskrypt:

1. grona nauczycielskie winny się starać o uzyskanie odpowiedniego miejsca do zabaw dla uczniów swego zakładu i rokować w tym kierunku z odnośnemi władzami,
2. Rady szkolne mają wykazywać członków grom, gorliwych i zasłużonych około rozwoju zabaw ruchowych młodzieży, czynić o nich zaszczytną wzmiankę, w końcu przedstawić ich do udzielenia remuneracyi.

3. Ustanawia się stypendya na wyjazd dla kierowników zabaw.
4. Poleca się przy układaniu podziałów godzin zwracać uwagę tak, by młodzieży było umożliwionem oddawanie się ćwiczeniom ruchowym na świeżem powietrzu.

Przytoczone pismo ministeryalne wspomina za ledwie mimochodem o gimnastyce, a zajmuje się głównie zabawami młodzieży*). Przytoczone liczby odnoszą się do całej Przedlitawii. Nas obchodzą przede wszystkim dane statystyczne Galicyi i te o ile udało mi się je zebrać, o ile dyrekcye szkół na pismo dyrekcji c. k. gimnazyum w Samborze odpowiedziały, przytaczam. Liczby przytoczone odnoszą się do roku 1904/5. Przedewszystkiem uderza fakt, iż we wszystkich szkołach realnych nauka gimnastyki jest obowiązkową, w gimnazyach natomiast tylko w kilku.

Na 36 gimnazyów, liczących razem 21413 uczniów jest gimnastyka przedmiotem obowiązkowym tylko w 8 zakładach, liczących razem 4567 uczniów, czyli gimnastyka jest przedmiotem obowiązkowym tylko dla 21·32% uczniów gimnazyalnych.

Z tych było uwolnionych od obowiązkowych ćwiczeń 511 z powodu choroby, czyli 11·19%, a biorąc poszczególne zakłady pod uwagę najmniej 5·7%, najwyżej 18·6%. W rzeczywistości zatem bierze obowiązkowo udział w ćwiczeniach gimnastycznych 4056, co stanowi 18·9% uczniów gimnazyalnych.

Przedmiotem nadobowiązkowym jest gimnastyka w 28 gimnazyach. Liczby te należy jeszcze sprostować w ten sposób, iż w jednym z gimnazyów jest gimnastyka przedmiotem obowiązkowym tylko w czterech klasach niższych, a nadobowiązkowym w czterech wyższych. Zakład ten zaliczyłem do tych, w których

*) Stało się to z rozmysłu, gdyż jak to poniżej jest wykazanem, panuje obecnie silny prąd w kierunku rozwoju gier i zabaw ruchowych, mających donioślejsze znaczenie wychowawcze i higieniczne niż gimnastyka.

gimnastyka jest przedmiotem obowiązkowym. Przedmiotem nadobowiązkowym jest zatem gimnastyka dla 16846 uczniów, z których wpisanych było na ćwiczenia 5729 czyli 34·09‰

Z ogólnej zatem liczby 21413 urzęszczało na gimnastykę 9785 czyli 45·69‰.

Gimnastyki, jako przedmiotu obowiązkowego udziela się w każdym oddziale każdej klasy po 2 godziny tygodniowo. Przy ćwiczeniach nadobowiązkowych ćwiczą uczniowie w 19 zakładach również po 2 godziny tygodniowo w każdym oddziale, natomiast w 9 zakładach tylko po 1 godzinie tygodniowo. W tych 9 zakładach wynosi liczba uczniów 4857. Dla wyśrodkowania liczby możemy przyjąć, że po 2 godziny tygodniowo ćwiczy 930 uczniów. Po uwzględnieniu tej ostatniej okoliczności okaże się, że z uczniów gimnazjalnych uczęszcza na ćwiczenia gimnastyczne 41·53‰ tylko.

Na 7 szkół realnych liczących 2898 uczniów, było z powodu choroby uwolnionych od nauki gimnastyki 264, co czyni 9·11‰*).

Przed rokiem 1890., który reskrypt ministeryalny uważa widocznie za czas przełomowy w rozwoju wychowania fizycznego młodzieży, była gimnastyka tylko przedmiotem nadobowiązkowym i to w 15 gimnazyach. W r. 1890 wprowadzono naukę gimnastyki w 2 gimnazyach nadobowiązkowo w 1, obowiązkowo, w r. 1891 nadobowiązkowo, w 1, w r. 1892 w 2. w r. 1898 w 1 gimnazjum i w 2 szkołach realnych obowiązkowo, w r. 1899 w 2 gimnazyach obowiązkowo w r. 1900 w 3 szkołach realnych, w 1901 w 1 szkole realnej i w 2 gimnazyach obowiązkowo i w 2 gimn. nadobowiązkowo, w 1902 w gimnazyach 4 nadobowiązkowo w 2 obow. w 1904. w 1. gimn. nadobow. i w 1 szkole realnej, w r. 1905 w 1. gimn. nadobow.

*) Po zestawieniu liczb z gimnazyów i szkół realnych otrzymany 47·26, jako procent uczniów szkół średnich, biorących udział w ćwiczeniach gimnastycznych.

Stałego nauczyciela do nauki obowiązkowej zamianowano w r. 1899 w 2 gimnazyach, w r. 1900 w 1 i w 1902 w 2. Nauczycielami gimnastyki są: 8. lekarzy, 12 członków grona, 8. nauczycieli ludowych, 1 oficyał sądowy i 1 naczelnik straży ogniowej i w 13 zakładach »Sokół«.

Własne sale gimnastyczne, w przeważnej części dostatecznie w przyrządy zaopatrzone posiada 16 gimnazyów i 3 szkoły realne, lecz z tego 8 sal gimnastycznych jest nieodpowiednich do ćwiczeń, a wady ich są rozmaite; niemożliwe do opalenia, wilgotne, za małe lub umieszczone w suterenach w pobliżu wychodków. W 20 gimnazyach, a 3 szkołach realnych odbywają się ćwiczenia w salach obcych, w kilku wypadkach w wynajętych.

Co do rodzaju ćwiczeń to obowiązuje system niemiecki, a stopniowanie ćwiczeń i rodzaj ich są instrukcją szkolną ściśle na każdą klasę przepisane.

Systemowi szwedzkiemu przyznają zgodnie następujące zalety:

1. Naukowy, anatomo-fizyologiczny podział ćwiczeń,
2. usunięcie ćwiczeń wątpliwej wartości,
3. przewagę ćwiczeń o wybitnej wartości zdrowotnej i estetycznej.
4. masowe uprawianie ćwiczeń wolnych i na przyrządach.
5. Racyonalne następstwo ćwiczeń w każdej lekcyi.
6. zgodny z higieną podział czasu na lekcyje codzienne, lecz półgodzinne.
7. Osobne ćwiczenia dla uczniów słabowitych i ułomnych; do zalet tych należy jeszcze dodać wzorowy sposób kształcenia nauczycieli gimnastyki w »Gymnastiska Centralinstitutet« w Stockholmie.«

»Sokół« po zawiązaniu się w r. 1867. wprowadził system niemiecki, starając się nazwy obce zastąpić polskimi. Naukę gimnastyki powierzono sierżantom miejskiej straży ogniowej, którzy znali kilka ćwiczeń, nie zdając sobie sprawy z ich wartości zdrowotnej. W r. 1873. Czech Franc. Hochmann opracował

wał szczegółowy plan ćwiczeń metodycznych. W r. 1875. objął kierownictwo »Sokoła« A. Durski i wprowadził napowrót system niemiecki. E. Cenar i Dr. Piasecki szczególnie wystąpili przeciwko metodzie niemieckiej. Pewien czas uważał »Sokół« te ataki za zwrócone przeciwko samemu Towarzystwu i zupełnie niesłusznie, gdyż Dr. Piaseckiemu leżało na sercu tylko dobro młodzieży i dlatego właśnie pragnął wprowadzenia takich ćwiczeń, które rzeczywiście korzyść mogą przynieść. Wydział Związkowy widział się zmuszonym, zająć się tą sprawą i po dłuższych studyach i badaniach uznał metodę szwedzką za bardzo wskazaną w szkołach ludowych, wydziałowych i średnich i zmienił tok lekcji gimnastyki sokolej: 20 minut ćwiczeń wspólnych, 15. ćwiczeń w zwieszeniu i podporze, 15. ćwiczeń tułowia i równowagi, 15. ćwiczeń w skoku.

Po przeglądnięciu tej statystyki mimowoli nasuwa się pytanie, dlaczego we wszystkich szkołach realnych jest gimnastyka przedmiotem obowiązkowym, a tylko w 8 gimnazyach?

Skoro własne sale posiada 16. gimnazyów to przynajmniej w tych zakładach powinna być gimnastyka przedmiotem obowiązkowym. Gdyby od r. 1890. wprowadzano corocznie gimnastykę jako przedmiot obowiązkowy tylko w 2 gimnazyach, byłaby dziś już prawie we wszystkich zakładach obowiązkową i na ćwiczenia uczęszczałoby nie 38·09% uczniów, lecz co najmniej 70—80%

Potrzeba i korzyści płynące z ćwiczeń fizycznych zostały już wielokroć wykazane, pomimo tego jednak nie od rzeczy będzie, przypomnienie na tem miejscu najważniejszych okoliczności.

Ruch fizyczny wywiera korzystny wpływ na mięśnie i na kości i powoduje ich szybszy rozwój. Dobra postawa i chód zależą od prawidłowej budowy kręgosłupa i miednicy i należytego rozwoju mięśni grzbietu, kończyn górnych, biodrowych i miednicy. Czynność płuc i serca zależy od rozwoju klatki piersiowej, który

stoi w stosunku prostym do stopnia rozwoju mięśni piersiowych. Zdrowie wogóle zawisłem jest od należytego przyswajania (assymilacji) przez organizm użytych pokarmów. Przyswajanie jest tem energiczniejsze, im szybszem jest oddechanie i obieg krwi. Dalej zależnem jest przyswajanie od czynności trawienia, na którą wywiera wpływ tłocznia brzuszna, a więc rozwój mięśni brzucha.

Obok fizycznych daje gimnastyka również korzyści psychiczne. Urozmaica ona zajęcia codzienne, zapobiega więc zniechęceniu i znużeniu umysłowemu. W ruchach dowolnych bierze udział mózg, rdzeń i nerwy, rozwija się uwaga, zdolność reprodukcji, szybkie myślenie. Odwaga, ufność we własne siły, samodzielność, uwaga na dobro drugich i gotowość spieszenia z pomocą, znajdują w gimnastyce dzielnego nauczyciela i krzewiciela nie w teorii, lecz w praktyce.

Pomimo odpowiedzi, iż ćwiczenia ruchowe są potrzebne, nasuwa się pytanie, jakiego rodzaju mają być te ćwiczenia?

Jak już wyżej wspominałem w szkołach naszych średnich obowiązuje system niemiecki (Jahna-Spiessa). Obok tego obowiązującego u nas systemu istnieje kilka innych jak francuski (Amorosa), czeski (Tyrša), szwedzki (Linga). Nie każdy z tych systemów odpowiada warunkom należytego wychowania fizycznego młodzieży, a zatem nie może być obojętnem, który z nich jest obowiązującym.

Towarzystwo nauczycieli szkół wyższych »w memoryale w sprawie wychowania fizycznego młodzieży«, wniesionym do c. k. Rady S. kr. w r. 1903. idąc w myśl wywodów Dra. E. Piaseckiego, jednego z pierwszych gorliwych zwolenników gimnastyki szwedzkiej u nas, wykazuje wyższość gimnastyki szwedzkiej nad niemiecką. Niektóre ważniejsze dowody i zapatrywania przytoczę ze wspomnianego memoryału.

»Gdy w latach 60. Du Bois-Reymond i inni lekarze w Niemczech stanęli po stronie systemu nie-

mieckiego zdawało się, iż gimnastyka niemiecka będzie na kontynencie dominującą. Tymczasem ogromny rozwój fizjologii ruchów w ostatnich dziesiątkach minionego stulecia, zmieniwszy poglądy na wiele spraw, spowodował rewizję zapatrywań na gimnastykę, która wypadła na całej linii korzystnie dla gimnastyki szwedzkiej. Demeny, Lagrange, Mosso przyznają jednomyślnie systemowi szwedzkiemu wyższość nad gimnastyką niemiecką i francuską. W Danii, Finlandyi, Rosyi, a nawet już i w Niemczech pod wpływem Dra. F. A. Schmidta z Bonn, objawia się zwrot ku gimnastyce szwedzkiej. W Austrii nad przyswojeniem gimnastyki szwedzkiej pracują F. Bučar w Chorwacyi, J. Klenk w Czechach, E. Cenar, Dr. Piasecki i J. Mayówna w Galicyi.

Zalety gimnastyki szwedzkiej przedstawione w memoryale stawiają ją wyżej nad niemiecką z wielu powodów, wyżej za memoryałem przytoczonych Wspomnę o jednym z mniej ważnych, wspomnianym zaledwie w memoryale, mającym jednak doniosłe znaczenie, jeśli chodzi o wybór między systemem niemieckim a szwedzkim.

Dla Sokola, gdzie ćwiczący dzielą się na zastępy po kilku członków, a z każdym zastępem prowadzi ćwiczenia na osobnych przyrządach inny nauczyciel, tak, że liczba przekraczająca nawet stu członków, nie przedstawia technicznych trudności w ćwiczeniach, nie ma powód ten żadnego znaczenia. Inaczej przedstawia się rzecz ta w szkołach. Są liczne klasy i oddziały liczące przeszło 60 uczniów, klasy liczące od 30—40 należą do rzadkości. Z godziny ćwiczeń, liczącej 50 minut, zajmuje 10 minut ustawienie, musztra i rozstawienie uczniów do ćwiczeń wolnych, 20 minut ćwiczenia wolne, a 20 minut pozostaje na ćwiczenia na przyrządach. Ćwiczenia na przyrządach niemieckich przedstawiają zawsze pewne niebezpieczeństwo, stąd też obowiązkiem jest nauczyciela zarządzić stosowną ochronę i pilnie baczyć na każdy ruch. Dzielenie zatem

uczniów na zastępy i poruczanie prowadzenia zastępów jednemu lub kilku uczniom jest już z tego powodu niemożliwym. Aby uczniowie mogli prowadzić zastępy, trzeba by najpierw z przewodnikami odbywać lekcje, co przy 24. godzinach, obowiązujących nauczycieli gimnastyki, fizyczne przedstawia trudności. Po trzecie zastępy pozostawione bez nadzoru nauczyciela, a oddane kierownictwu kolegi, nie wykonywałyby ćwiczeń należycie i w porządku. Zataрги i hałas przeszkadzałyby tylko prowadzeniu zastępu nauczycielowi. Z tych powodów zatrzymuje nauczyciel uczniów najczęściej w czwórkach w miejscu, ćwiczy jeden uczeń po drugim, a reszta musi stać w miejscu czekając na swoją kolej. Jedno ćwiczenie na minutę może wykonać najwyżej dwóch uczniów. Jeśli klasa liczy 40 uczniów, to wszyscy wykonają tylko jedno ćwiczenie, a każdy z nich ćwiczył tylko $\frac{1}{2}$ min, a stał bez ruchu $19\frac{1}{2}$. W klasie liczącej ponad 40 uczniów, każdej lekcyi po kilku z braku czasu zupełnie na przyrządzie nie ćwiczy. Gdyby przy obecnym systemie więcej czasu obracało się na ćwiczenia na przyrządach stan byłby jeszcze gorszy, ponieważ by uczniowie jeszcze więcej czasu beczynnie w miejscu spędzali.

Przy obowiązującym obecnie systemie niemieckim trwają w rzeczywistości ćwiczenia fizyczne młodzieży po pół godziny najwyżej dwa razy tygodniowo. Gimnastyka natomiast szwedzka przedstawia tę wyższość, iż na przyrządzie równocześnie większy zastęp uczniów może ćwiczyć. Na bumie np. w gimnazjum w Samborze ćwiczy równocześnie 12. uczniów, zatem w klasie liczącej nawet 60 uczniów, wykona każdy z nich w 20 min. 5 do 6 ćwiczeń. Podobnie ma się rzecz z ćwiczeniami na ławeczkach i innych przyrządach szwedzkich.

Uwzględniając rodzaj ćwiczeń i czas, jaki młodzież rzeczywiście ruchom poświęca, dojdziemy do przekonania, iż nawet przy dwurazowych tygodniowo ćwiczeniach wypada na jednego ucznia najwyżej 1 godz.

tygodniowo, w której rzeczywiście wykonuje ćwiczenia fizyczne. Wielu z tych ćwiczeń wartości zdrowotnej nie znamy, niektóre przedstawiają pewne niebezpieczeństwo, a inne wprost szkodliwie nawet na zdrowiu mogą oddziaływać.

Nie miejsce tu na poddawanie rewizji poszczególnych ćwiczeń systemu niemieckiego, zresztą już inni fachowo na tem polu uzdolnieni ludzie to wykonali, dla przykładu tylko przytoczę kołowroty na drążku, jako ćwiczenia niebezpieczne i dla zdrowia szkodliwe, powodują bowiem z powodu zwieszenia głową na dół przekrwienie mózgu. Ćwiczenia w podporze na poręczkach spowadzają po dłuższym czasie nadmierny rozwój kończyn górnych i klatki piersiowej, w dalszem następstwie pochylenie grzbietu. Porównanie takiego wychowanka systemu niemieckiego z wychowankiem systemu szwedzkiego musi zawsze wypaść na niekorzyść pierwszego.

Na 19 własnych sal gimnastycznych 8 jest nieodpowiednich. Wady ich w przeważnej części polegają na małych rozmiarach, niestosownem położeniu, wilgoci, złem utrzymaniu posadzek i często brudzie i zimnie. Są sale, których ściany od przeszło 10 lat są nieruszane i świecą dziurami, brudem i prochem, są i takie, których opalenie jest niemożliwem i pomimo przepisu, iż w sali gimnastycznej temperatura ma wynosić $+ 13^{\circ}$ R. odbywają się ćwiczenia w $+ 4^{\circ}$ R. a nawet niższej. Odpowiedź na pytanie, czy lepszem jest zaniechanie zupełnie ćwiczeń, czy ćwiczenia w takich warunkach, jak się zdaje jest tylko jedną.



Drugim rodzajem ćwiczeń fizycznych są gry i zabawy ruchowe na wolnym powietrzu i wycieczki. O tym rodzaju ćwiczeń, wyżej wspomniany reskrypt M. W. i O. wspomina, że w niektórych zakładach bierze udział w zabawach 50—60% uczniów, lecz są dość liczne, w których liczba ta nie dochodzi do 20%, a liczba zabaw zaledwie 10 w roku, są jednak i takie, w których zabaw dotychczas jeszcze nie zorganizowano.

W szkołach galicyjskich zabawy młodzieży w liczbach przedstawiają się w następujący sposób:

W 9 zakładach zupełnie nie zorganizowano zabaw, bądźto z powodu braku kierowników, bądźteż w przeważnej części z powodu braku stosownego miejsca. W zakładach tych odbywają się tylko bardzo rzadko, bo zaledwie tylko kilka do roku, wycieczki uczniów pojedynczemi klasami. W 5 krakowskich zakładach są gry i zabawy ruchowe wzorowo zorganizowane i odbywają się pod osobistym kierownictwem lekarza i należycie wyszkolonych przewodników, przy dostatecznej liczbie przyborów i w miejscu idealnie urządzone — w parku prof. Dra Jordana. Niestety drugiego takiego parku Galicya jeszcze nie posiada. W 8 szkołach średnich Lwowa odbywały się zabawy na placu wystawowym zupełnie nieprzygotowanym do takiego celu, z tych tylko w 2 zabawy były należycie zorganizowane i pozostawały pod kierownictwem odpowiednich nauczycieli, a 2 w zaś odbywały się tylko przeważnie wycieczki. W pozostałych 21 zakładach na prowincyi tylko w 6 były gry i zabawy ruchowe zorganizowane, w 15 odbywały się dorywczo, często na odpowiednich miejscach. Jedna zabawa trwała przeciętnie we wszystkich zakładach 2 godz. Trzy zakłady wykazały w r. 1904/5 50 zabaw, 5 za-

kładow od 40—50, 2 zakł. 30—40, 7 zakł. 20—30, 6 zakł. 20 zabaw. 7 zakład 10—20, a 4 zakł. poniżej 10.

Przeciętna liczba uczniów biorących udział w zabawie wynosiła:

- w 1 zakł. ponad 300.
- w 5 » od 200—300.
- w 7 » 100—200.
- w 8 » 50—100.
- w 13 poniżej 50.

Z tego w 1 zakł. liczącym 76 uczniów brało udział przeciętnie w jednej zabawie 65·8⁰/₁₀₀.

- w 3 zakładach od 50—60⁰/₁₀₀.
- w 5 » od 40—50⁰/₁₀₀.
- w 2 » od 30—40⁰/₁₀₀.
- w 7 » 20—30⁰/₁₀₀.
- w 5 » 10—20⁰/₁₀₀.
- w 11 » niżej 10⁰/₁₀₀.

Najniższa liczba wynosi 3·9⁰/₁₀₀.

Poniżej 20 zabaw wykazało 26 zakładów, czyli 60·46, a biorących udział w zabawie mniej jak 20⁰/₁₀₀ uczniów wykazało 25 zakładów, co czyni 58·14⁰/₁₀₀ szkół.

Licząc przeciętnie na 43 zakładów galicyjskich wypada na jeden zakład w roku gier i zabaw z wycieczkami 20·79 z przeciętną liczbą 231 uczniów w jednej zabawie. Jeśli przyjmiemy, że wszyscy uczniowie brali udział w zabawie, to na podstawie powyższych liczb dojdziemy, że każdy uczeń pojedynczo przepędził w jednym roku 17 godzin na ćwiczeniach ruchowych na świeżem powietrzu. Na jednego ucznia wypadłaby większa liczba, gdyby się uwzględniło czas jaki przepędza sam, poza obrębem szkoły na rozmaitych zabawach, szkoła jednak zajęła go na świeżem powietrzu tylko — 17 godzin w roku. Do podniesienia tej liczby przyczynił się znacznie Kraków i wycieczki uczniów, bez tych dwóch czynników liczba ta wynosi od 8—9 godzin rocznie na jednego ucznia.

We Wiedniu, który cierpi na brak odpowiednich miejsc do zabaw i pod względem trudności techni-

cznych w urządzaniu zabaw znajduje się w gorszych warunkach, aniżeli miasta galicyjskie, osiągnięto przecieź lepsze wyniki. Przytoczę statystykę dwóch okręgów wiedeńskich z r. 1905.

Jeden okręg wykazuje:

W roku szkolnym:		W ciągu feryj:	
dni zabaw	chłopców dziewcząt	dni	chłopców dziewcząt
42	1564	2195	18 675 892

Drugi okręg:

	dni	godzin	dzieci
ślizgawka	31	108	11.288
zabawy	69	182	16.080
wycieczki	34	236	4.740

Na 32.108 dzieci 526 godzin w roku, zajęto 134 dni po 4 godziny i 20 minut przeciętnie.

Badania Kocha nad istotą i rozszerzaniem się gruźlicy udowodniły, że w znacznie mierze pył przyczynia się do rozszerzania gruźlicy, że dla zabezpieczenia się przed nią potrzebnem jest hartowanie, a słońce jest jednym z najsilniej działających środków na zarazki gruźlice. Pomimo tak jasnego postawienia sprawy i w następstwie tego możliwości prowadzenia skutecznej walki z gruźlicą, szerzy się ona dalej, co gorsza miasto Lwów wykazało w r. 1905 większy odsetek śmiertelności z gruźlicy aniżeli w roku poprzednim.

Wspomniany memoriał Tow. naucz. szk. wyż. idąc w myśl tych zasad podaje:

»Zdaje się, iż nie jest dziełem przypadku, iż wkrótce po odkryciu Kocha w jego ojczyźnie energicznie zapoczątkował minister Gossler zwrot ku ćwiczeniom swobodnym, grom i sportom ruchowym pod gołym niebem, przez długi czas zaniedbywanym w mniemaniu, iż gimnastyka daje nam skończony, racjonalny system ćwiczeń, nie wymagający żadnego uzupełnienia. W świetle nowszych pojęć ćwiczenia te, choćby dlatego już okazały się pożądanymi, że wyprowadzają młodzież za miasto i każą jej korzystać z dobrodziejstw, jakimi są: czyste powietrze i słońce.«

»Prof. Marey tak mówi w raporcie swym do ministra oświaty: kilka wycieczek i zabaw na wolnem powietrzu, choćby raz na tydzień, będą skuteczniejsze, niż najpilniejsze nawet uczęszczanie na gimnastykę«.

»Dr. F. Łagrange mówi: Gry na wolnem powietrzu są jedyną gimnastyką, czyniącą zadość wskazaniom higieny dla dzieci i młodzieży. Są jedyną, którą należy u nich stosować«.

»Zabawy dają młodzieży:

1. zdolność dobrowolnego poddawania się woli przywódcy;
2. społeczną sympatyę;
3. staje się »doświadczalnem stwierdzeniem korzyści i rozkoszy wspólnego działania«,
4. przygotowują społeczeństwu przyszłych przywódców«.

Jak już wyżej zaznaczyłem, ruch powoduje przyspieszenie i pogłębienie oddechu i przyspieszenie czynności serca, czego następstwem jest szybsza wymiana gazów i przemiana materji. W wychowaniu fizycznym i w utrzymaniu zdrowia jest to pierwszorzędnym czynnikiem. Nie każdy ruch jednak i nie w każdym środowisku korzyść tę przyniesie. Głębszy i szybszy oddech wtenczas przyniesie korzyść, gdy jest wykonywany w powietrzu świeżem, wolnem od pyłu i zarazków. Temu warunkowi czynią zadość tylko gry i zabawy ruchowe na wolnem powietrzu. Ćwiczenia w zamkniętych salach tych korzyści już nie dają co jakichkolwiek korzyściach i mowy być nie może, jeśli sala jest nieodpowiednią. W takich warunkach czas spędzony na ćwiczeniach jest zupełnie stracony, a niekiedy przynosi nawet szkodę.

Zawiązanie Towarzystwa zabaw ludu i młodzieży we Lwowie, uważał »Sokół« za wkroczenie w zakres swej działalności. Jak wkrótce się jednak przekonał zupełnie niesłusznie.

Powtórzył się proces, jaki miał miejsce przy usiłowaniu wprowadzenia ćwiczeń systemu szwedzkie-

go. Młodzież jest tak liczną, że i kilka takich towarzystw nie zmniejszy zakresu pracy »Sokoła« i owszem towarzystwa takie budząc zamiłowanie do gier i zabaw ruchowych mogą się przyczynić tylko do zwiększenia liczby zastępów sokolich i pomagać »Sokołowi« w spełnianiu jego zadań.

Jak założenie »Sokoła« jest pierwszym i ważnym krokiem na polu rozwoju fizycznego, tak wprowadzenie szwedzkiego systemu ćwiczeń w »Sokole« i założenie T. Z. L. M. będzie punktem zwrotnym ku lepszemu na tem polu i początkiem szybszego rozwoju i rozpowszechnienia gier i zabaw ruchowych.

Towarzystwo dla popierania zabaw młodzieży we Wiedniu wystosowało w r. b. prośbę do rady miejskiej o staranie się przy budowie nowych budynków szkolnych, by boiska były obszerne, zaopatrzone w przyrządy gimnastyczne i oddane młodzieży do swobodnych ćwiczeń. Prośbę tę swoją uzasadniło Towarzystwo bardzo wyczerpująco. Dowody potrzeby takiego zarządzenia, mające znaczenie więcej miejscowe dla Wiednia opuszczę, przytoczę jednak te, które mają znaczenie ogólne. »W stosunkach obecnych ze wszystkich stron wprost rabuje się młodzieży wszelką sposobność do zabaw na wolnem powietrzu. Wobec braku odpowiednich miejsc do zabaw, pozostają jedynie do tego użytku boiska szkolne. Aby mogły być rzeczywiście na miejsce zabaw użyte, należy usunąć gruby szuter, który je pokrywa i ustawić na nich: drążek, poręczki, drabiny i spinalnie.

Na tak urządzonych boiskach należy poruczyć nadzór nad przyrządami tercyanom, a usunąć podczas samych zabaw nadzór nauczycieli. — Młodzież bez nadzoru bawi się najswobodniej. Przykład Londynu i niektórych miast francuskich i niemieckich, gdzie wszystkie boiska szkolne, zaopatrzone w przyrządy, oddano w godzinach wolnych od nauki do swobodnego użytkowania młodzieży jest godnym naśladowania. Takie urządzenia są niezbędnie potrzebne. Młodzież

nasza przez ustawiczne przebywanie w zamkniętych murach i wskutek braku sposobności do zabaw nie może się przystosować do nowych warunków i traci siłę i zdrowie. Wystarczy porównać wybladłych naszych uczniów z ulicznikami, aby przyjść do przekonania, że wywody te są zupełnie słuszne.«

Towarzystwo wiedeńskie jak z powyższego streszczenia pisma jest widocznem stara się o rozpowszechnienie ćwiczeń na przyrządach i to systemu niemieckiego. Zorganizowanie zabaw wymaga miejsc odpowiednich, o wiele większych, aniżeli urządzenie gimnastyki na wolnem powietrzu. Miejsca takie, o ileby się we Wiedniu znalazły, byłyby zbyt odległe. W warunkach takich każda sposobność, jaką się podda młodzieży do przepędzenia wolnego czasu na świeżem i wolnem powietrzu w ruchu, ma dla tej młodzieży ogromnie doniosłe zdrowotne znaczenie. Im większe miasto tem większe nasuwają się trudności w zorganizowaniu zabaw, raz z powodu braku odpowiednich, rozległych miejsc, po drugie z powodu znaczniejszej liczby młodzieży. Jeśli się tu przytoczone warunki uwzględni, to żądanie towarzystwa wiedeńskiego, przedstawi się jako zupełnie usprawiedliwione, co ważniejsza należy je uznać za doniosły krok na polu rozwoju fizycznego.

W wielkich miastach, a nawet i w średnich ulice i miejsca wolne są wyłożone kamieniami lub zamienione w trawniki i klomby kwiatowe. Urządzanie zabaw przez młodzież na kamieniach jest niemożliwem, na straży zaś trawników stoją pachołcy miejscy, a łąki i pastwiska są zbyt odległe, lub wstęp na nie wzbroniony, lub też niema ich zupełnie w pobliżu miasta. Wprawdzie w wypadkach takich zarząd wojskowy chętnie otwiera swe miejsca musztry dla zabaw młodzieży, miejsca takie jednak są najczęściej do celu tego nieodpowiednie.

Wiele zabaw i gier ruchowych wymaga odpowiednio urządzonych boisk, czego na miejscu musztry wykonać nie można i nie wolno.

U nas możnaby przynajmniej w kilku zakładach, które posiadają dość obszerne boiska, zamienić je na parki dla młodzieży i stworzyć w ten sposób kilka parków jordanowskich w miniaturze.

Wiele miast prowincjonalnych posiada dość rozległe parki, któreby można na parki do zabaw dla młodzieży odpowiednio przystosować. Tak jak obecnie się przedstawiają są nie do użycia i nieponętne ani dla młodzieży, ani dla starszych. Dla dzieci, młodzieży i starszych pozostają do użycia tylko szutrowane ścieżki, używanie trawników lub przestrzeni kwiatowych jest wzbronionem, te bowiem służą do użytku ogrodników, którzy ciągnąc z nich zyski, uzupełniają w ten sposób swoje nędzne płace. Przemiana takiego parku w park dla młodzieży, nie odbierze mu zupełnie jego zalet estetycznych, czego najlepszym dowodem krakowski park Jordana. Przemiana takiej mogłaby młodzież dokonać sama, praca z łopata w ręce na świeżem powietrzu, to także ćwiczenie fizyczne, a młodzież pracowałaby chętnie, wiedząc, że pracuje dla siebie. Miasto nie poniosłoby żadnej szkody, lecz owszem zyskałoby piękną i pożyteczną ozdobę.

Starsi chętnieby i licznie taki park odwiedzali, chcąc się przypatrzeć zabawom swej młodzieży. Charakter pojedynczych uczniów najlepiej objawia się i najwybitniej podczas zabaw. Rodzice i opiekunowie mieliby w takim miejscu wyborną sposobność dokładnego badania charakterów swej młodzieży, badania jej rozwoju psychicznego, zbliżenia się do niej, pozyskania zaufania i wpływania swą obecnością na prawidłowy przebieg zabawy, a hamowania brutalnych nieraz wybryków. Dobrej nieco woli ze strony zarządów miast i umiejętnego zajęcia się potrzeba, a wiele małymi środkami w tym kierunku dałoby się zrobić.

Dla przykładu przytoczę bodaj dwa miasta. Rzeszów i Sambor posiadają parki dość obszerne, niegrzeszące jednak w obecnej postaci estetyką. Zamienione na parki dla młodzieży zmieniłyby się pod wzglę-

dem estetycznym z pewnością na swą korzyść i przyniosłyby większy pożytek, aniżeli go dziś dają. Od roku 1902. czyniłem w tym kierunku starania w Samborze jak dotychczas jednak bez skutku. »Sokół« otrzymał małą część na boisko, reszta łąki przyległej i park leżą odłogiem.

Wielką zachętę dla młodzieży do uczestniczenia w zabawach stanowią orkiestry szkolne. Doświadczenie mię pouczyło, iż ilekroć razy orkiestra szkolna brała udział w zabawach, tylekroć razy liczba uczestników prawie w trójnasób rosta. Organizowanie orkiestr szkolnych przyczynia się w znacznej mierze do zwiększenia liczby uczestników w zabawach.

Często słyszy się narzekania, że młodzież nasza bawić się nie umie jak dawniej. Zaprzeczyć trudno, lecz przyczyny tej zmiany nie należy szukać u młodzieży, lecz w stosunkach. Młodzież niema gdzie się bawić, więc zapomniała o zabawach. Dajmy jej sposobność do zabaw i nauczmy ją się bawić, a stosunki dawne wrócą. Młodzież dzisiejsza potrafi również z zapalem się bawić.

Reskrypt ministeryalny wspomina, iż młodzież oddaje się obecnie z większem zamiłowaniem wioślowaniu, kąpielom i pływaniu. Liczb pod tym względem nie udało mi się uzyskać. Kąpiel, pływanie i wioślowanie, to trzy czynniki mające ogromną doniosłość w rozwoju fizycznym młodzieży, a może nawet ważniejsze od gier i zabaw ruchowych. Znaczenie czystości skóry dla zdrowia jest rzeczą dość znaną, lecz mało uwzględnianą. Umiejętność pływania i wioślowania jest w życiu bardzo potrzebną i często doniosłe korzyści przynosi. Już sama trudność zebrania dat statystycznych pod tym względem najwymowniej świadczy, że szkoły wcale się nie troszczą o ten rodzaj zabaw. Z kilku zakładów znajdujących się w miastach, w których brak rzeki, otrzymałem na pytania w tym kierunku odpowiedź, że brak odpowiedniego miejsca przedstawia ogromne trudności w tym kierunku.

Z innych zakładów brzmiała odpowiedź, że prawie wszyscy uczniowie używają w miesiącach letnich kąpeli np. w Wisle, Dunajcu, Sanie, Dniestrze i t. d. przeważna część z nich umie pływać, do nauki wiosłowania jednak brak sposobności. Młodzież Krakowa oddaje się temu ostatniemu zajęciu na stawie w parku krakowskim. Stosunki pod tym względem są więc złe, a przecież reskrypt ministeryalny z 23 marca 1904 żąda od dyrekcji i nauczycieli gorliwego zajęcia się kąpielami i nauką pływania młodzieży.

Jazdę na rowerach uprawia, jak podało kilka zakładów, od 3^o/_o—10^o/_o, czyli można przyjąć przeciętną liczbę 7^o/_o. Z gier oddaje się młodzież najchętniej piłce nożnej i tenisowi.

Jak organizm ludzki przez cały rok bez przerwy potrzebuje do istnienia swego pokarmów, tak samo przez cały rok bez przerwy koniecznym dla niego jest ruch fizyczny, konieczniejszy dla młodzieży jako naturalna droga wyładowania gromadzonej energii. Zastanawiają się niektórzy, na szczęście tylko nie-liczne jednostki, nad dwurazową nauką szkolną, jako środkiem odciążenia młodzieży od niedozwolonych zabaw i szkodliwego sposobu spędzania czasu, nie wiedząc, iż dłuższe siedzenie wywołuje gnuśność, sprzymierzeńca wybryków, przeciw którym właśnie chcą wystąpić. Ruch i zabawy tylko i tylko one mogą młodzież nie tylko fizycznie, lecz również i duchowo odrodzić. Młodzież powinna być tylko młodzieżą, ochoczą, żywą, skłoną nawet do wybryków, ale nigdy gnuśną i zniechęconą, starczą.

Gimnastyka, gry i zabawy ruchowe, kąpiel, pływanie i wiosłowanie w dwóch lub trzech miesiącach letnich, to skąpe karmienie przez trzy dni, a głodzenie przez dziewięć. Zima również daje wiele sposobności do rozmaitych sportów. Zorganizowanych zabaw zimowych niema dotychczas w żadnym z zakładów galicyjskich. Reskrypt ministeryalny wspomina tylko o ślizgawce i jeździe na nartach. Młodzież rze-

czywiście się ślizga, ale najczęściej, na butach, bo mało jest bogatszych, mogących kupić, sobie łyżwy, jeżdżących zaś na nartach w Galicyi możnaby dotychczas jeszcze na palcach policzyć. W b. roku dopiero organizuje ten sport T. S. L. M. we Lwowie. Kilka zaledwie dotychczas szkół w Galicyi troszczy się o urządzenie toru łyżwiarskiego dla młodzieży i w tych zakładach bierze udział w ślizgawce przeciętnie około 25%, w większej części zaś zakładów ślizga się o wiele mniejszy procent młodzieży na torach publicznych, tak że prawie bez pomyłki można przyjąć 20% młodzieży biorącej udział w ślizgawce.

Urządzenie torów łyżwiarskich przez szkoły jest trudnem z powodu braku funduszków, po drugie sam tor nie wystarcza, potrzebne są łyżwy, a tych wielu uczniów z powodu ubóstwa kupić nie może, po trzecie tory łyżwiarskie często wskutek zmian atmosferycznych nie dopisują. Sport łyżwiarski jest więc kosztowny i niepraktyczny. O wiele łatwiej i tańszym kosztem dałoby się wprowadzić w szkołach jazdę na nartach. Narty dość dobre kosztują wprawdzie 30 Kor. do 18 roku jednak życia powinno się używać sporządzonych z miękkiego drzewa o prostym wiązaniu, a takie kosztują 10 Kor. biedniejsi uczniowie mogliby sobie sami nawet sporządzić. Jeśli obliczymy, ile kosztuje urządzenie i utrzymanie toru łyżwiarskiego, to przekonamy się, iż w jednym roku możnaby za te pieniądze najmniej 35 uczniów obdarzyć nartami. Gdzie tylko śnieg tam tor do jazdy na nartach, w ciągu jednej zimy zatem najmniej dwa razy większą sposobność mamy do jazdy na nartach, aniżeli na łyżwach. Na nartach można odbywać dalsze wycieczki, a nawet urządzać ćwiczenia w skoku. Bardzo ważna rzecz jeszcze przemawia za jazdą na nartach, jazda ta mianowicie przedstawia o wiele mniejsze niebezpieczeństwo, aniżeli ślizgawka. I rzeczywiście dziwić się należy że ten rodzaj zabawy zimowej nie znalazł u nas jeszcze zwolenników.

Może T. Z. L. M. stworzywszy zastęp narcistów przyczyni się do wprowadzenia i rozpowszechnienia tego szlachetnego sportu zimowego i w szkołach średnich. Inne zabawy zimowe są u nas prawie nieznanne.

Zabawy zimowe mają doniosłe znaczenie dla rozwoju fizycznego młodzieży, donioślejsze jednak znaczenie mają kąpiele zimowe. Kąpiel w łaźniach jest zazwyczaj drogą i wskutek tego często jej używanie w zimie dla młodzieży niedostępne, a łaźienki w miastach prowincjonalnych urągają często najprymitywniejszym zasadom higieny. Przez zimę też ogromny procent młodzieży nie używa ani razu kąpeli, znaczny procent, nie myje ani razu szyi nóg, a są nawet tacy, którzy i twarzy wodą moczyć nie lubią. Badania uczniów jednej ze szkół lwowskich pod tym względem wykazały nadzwyczaj smutne wyniki, a co najważniejsza, wzrost wstrętu do wody i mydła wraz z wiekiem młodzieży. Dwa zakłady podały, iż mają nadzieję uzyskania wkrótce łazienek szkolnych. Tylko dwa na całą Galicyę.

Nauczyciel w gimnazyum Cilli Fryd. Hauptvogel podał w z. IV. Vierteljahrschrift für körperliche Erziehung:

	Liczba gimnazyów ogólna	z obowiązkową nauką gimnastyki
Austria niższa	32	5
Austria wyższa	8	3
Salzburg	2	1
Styrya	9	3
Karyntya	3	2
Kraina	5	0
Pobrzeże	7	1
Tyrol	12	0
Czechy	64	6
Morawa	31	5
Śląsk	7	2
Galicya	38	2
Bukowina	6	0
Dalmacya	5	0
Suma:	229	30

W statystyce tej zachodzi znaczna pomyłka, gdyż w Galicyi, jak podałem, jest gimnastyka przedmiotem obowiązkowym w 8 zakładach, a nie w 2. Jeśli inne liczby przyjęlibyśmy jako prawdziwe, to okazałoby się, iż Galicya zajmuje piąte miejsce, a Tyrol ostatnie. Taka sama pomyłka, jaka zaszła co do liczb z Galicyi, może i do innych krajów koronnych się odnosi.

Liczb statystycznych gier i zabaw ruchowych w szkołach średnich reszty krajów koronnych znaleźć nie mogłem.

Tenże sam autor podaje radę, aby podczas przerw między godzinami naukowemi urządzić z uczniami ćwiczenia wolne na boisku szkolnem — ćwiczenia takie nie wymagają ani obszernego miejsca, ani przyborów. Rada mniej dobra. Ćwiczenia wolne są pewnego rodzaju przymusem, odbierają młodzieży swobodę, nie mogą zatem stanowić prawdziwego odpoczynku po pracy umysłowej.



Po zestawieniu i obliczeniu wszystkich dotychczasowych wyników otrzymamy następujące liczby.

Skoro 47·26% uczniów szkół średnich ćwiczy 2 godziny tygodniowo, wypadnie na jednego ucznia licząc 100% 48 minut tygodniowo gimnastyki z godziny 50 minutowej. Ponieważ jednak jak wyżej wykazałem, uczeń z godziny właściwie tylko połowę czasu rzeczywiście obraca na ćwiczenia, wypadnie zatem tygodniowo na ucznia tylko 24 minut, czyli dziennie 4 minuty gimnastyki. Z zabaw i gier ruchowych otrzymaliśmy 17 godzin rocznie na ucznia, co czyni 3 minuty dziennie. Na ćwiczenia fizyczne dla ucznia 7 minut dziennie, to byłby stosunek smutny. Przerwy między godzinami nauki szkolnej wynoszą 50 minut, lecz z przerw tych korzysta najwyżej 30% uczniów i oddaje się biegowi i zabawom na boisku szkolnym, reszta pozostaje w klasie, na korytarzach lub nawet na boisku lecz z książkami w ręku i przygotowuje się na następną lekcję. Obliczywszy przeciętnie, na każdego ucznia wypadnie 15 minut dziennie. Ponieważ na ucznia wypada 8 godzin dziennie pracy umysłowej, wypadnie czas obracany na ćwiczenia fizyczne do czasu obracanego dziennie na pracę umysłową: $F : U = 22 : 400 = 1 : 18\cdot18$, czyli uczeń każdy obraca dziennie 18·18 razy więcej czasu na pracę umysłową aniżeli na ruch.

Uczniowie sami z własnego popędu stosunek ten na korzyść wychowania fizycznego poprawiają. Przyjmijmy, że każdy uczeń spostrzebowuje na odbycie drogi do szkoły i ze szkoły dziennie 28 minut, na przechadzkę 20 minut, a na zabawy i sporty pozaszkolne 20 minut otrzymamy stosunek:

$$F : U = 90 : 400 = 1 : 4\cdot44.$$

Nadmienić jednak wypada, że przechadzka, to nie zabawa lub gra na wolnym powietrzu i znaczenie jej rozwojowe i higieniczne odmienne.

Skoro wychowanie fizyczne ma być na równi postawione i równą pieczęcią otaczane z wychowaniem umysłowym w naszych szkołach i skoro każdemu zależy na zachowaniu zdrowia i prawidłowym rozwoju. to słusznym jest żądanie, aby i wychowanie fizyczne tak jak dotychczas umysłowe poruczać ludziom w tym kierunku należycie wykształconym i dobrym pedagogom.

Wspomniany memoriał Towarz. naucz. szk. w. podaje: »olbrzymi rozwój fizjologii ruchów ludzkich spowodował przesunięcie kompetencji ze sportsmana lub gimnastyka-zawodowca na fizjologa i higienistę. Kierownik kursów nie rozporządzający szeroką wiadomością fizjologii, może być jedynie echem zdań, wziętych z popularnych traktatów, niezdolnym do czerpania wprost ze źródeł t. j. prac doświadczalnych, a tem mniej do posunięcia tej gałęzi naprzód«.

Zakorzeniło się u nas niestety dość głęboko mniemanie, że nauka gimnastyki nie przedstawia żadnych trudności, jest łatwą, sympatyczną dla nauczyciela i uczniów i nie wymaga od pierwszego wielkiego natężenia. Prawdopodobnie tak tę rzecz również pojmowano przy tworzeniu posad nauczycieli gimnastyk w szkołach średnich, o czym świadczy upośledzenie tychże w porównaniu z innymi członkami grona, jak nadanie im mniejszych poborów, przedłużenie lat służby i zobowiązanie do większej liczby godzin nauki tygodniowo.

Nauczyciel gimnastyki musi indywidualizować i to bardziej aniżeli inny pedagog, szczególnie w ćwiczeniach obowiązkowych, na które musi uczęszczać każdy uczeń. Musi baczyć na ćwiczącego, a równocześnie na drugich, gdyż sala daje wiele sposobności do rozmaitych wybryków. W razie wypadku czeka go nawet

odpowiedzialność sądowa. Uwaga i nerwy jego są w ustawicznym naprężeniu. Inni pedagogowie tego psychicznego podrażnienia wprost nie znają.

Przed każdą prawie godziną ćwiczeń obowiązkowych zgłasza się kilku uczniów, iż nie mogą wziąć udziału w ćwiczeniach, jeden z powodu bólu głowy, drugi z powodu bólu nogi, inny jeszcze z powodu dolegliwości żołądkowych. Nauczyciel gimnastyki w takim położeniu znaleźć się nie powinien, musi być zdrowym i trzymać uwagę w naprężeniu. Inny pedagog nawet pomimo bólu głowy godzinę swoją w klasie odbyć może, uczniowie siedzą w ławkach, nadzór łatwiejszy, fizycznie natężyć się nie potrzebuje. Dla nauczyciela gimnastyki ćwiczenia w takich warunkach są wprost niemożliwe.

Nauczyciel gimnastyki ma codziennie najmniej 4 godziny ćwiczeń, inny pedagog trzy. W ciągu czterech godzin gimnastyki musi ustawicznie wydawać rozkazy głosem donośnym z powodu obszerności sali i tak przez cztery godziny. Inny pedagog ma klasy mniejsze, głosu w ten sposób natężyć nie potrzebuje, a gdy uczniowie odpowiadają, odpoczywa. Słyszałem nauczyli uczących gimnastyki w kilku godzinach za ledwie tygodniowo, jak mówili, iż wolą dwie godziny uczyć jakiegoś przedmiotu innego, aniżeli godzinę gimnastyki. Nadmierne ćwiczenia w połączeniu z natężoną mową powodują rozedmę płuc ze wszystkimi następstwami, jak dusznością, chronicznym katarzem oskrzelowym i niedomogą prawej komory serca i chroniczny katar krtani.

Każdy inny pedagog, który o wiele mniej godzin pracuje dziennie i z mniejszym natężeniem, ma w ten sposób pracować przez lat 30. nauczyciel gimnastyki przez 35. Ludzi liczących 60 lat i nie cierpiących na rozedmę płuc, bodaj w nieznacznym stopniu, prawie niema. Wyobraźmy sobie nauczyciela gimnastyki, starca 60 letniego, z dusznością w wysokim stopniu rozwiniętą, jako z chorobą zawodową, na sali gimnastycznej

wśród malców, młodzieży żywej, nie mogącego żadnego ćwiczenia okazać, dyszącego w niemożliwy sposób, a tłumaczącego rodzaj ćwiczenia tylko słowami. Starszy człowiek wzruszy na taki widok z ubolewaniem ramionami, młodzież wybuchnie śmiechem, z ćwiczeń farsa, a męka dla człowieka chcącego jeszcze rok, dwa dosłużyć, by otrzymać całą emeryturę aż X. klasy rangi. Taki stan jest koniecznym następstwem dłuższego uprawiania ćwiczeń.

Nauczyciel gimnastyki nie pyta uczniów, nie daje złych not, i owszem zachęca uczniów do ruchów i zabaw, urządza takowe. Młodzież posiada wrodzony popęd do ruchów. To, co na innej godzinie szkolnej jest zdrożnem i pociąga naganę nauczyciela, jest dozwołonem, a nawet poleconem na godzinie gimnastyki. Często też z tych powodów zaufanie i zbliżenie się uczniów do nauczyciela gimnastyki jest większem, aniżeli do innych. W następstwie tego wpływ moralny nauczyciela gimnastyki na uczniów może mieć doniosłe znaczenie. Nauczyciel gimnastyki powinien być zatem dobrym pedagogiem i psychologiem, a nie tylko gimnastykiem rutynistą.

Starsi uczniowie nie biorą często udziału w ćwiczeniach pozornie bez powodu, po bliższem jego wniknięciu okazuje się, iż uczeń jest rzeczywiście chory, tylko rodzaju swej choroby nie śmie zdradzić. W takich wypadkach nadarza się nauczycielowi gimnastyki sposobność upomnienia na osobności i zwrócenia uwagi na zło, jakie choroba jego sprowadza nie tylko dla jednostki, lecz i dla społeczeństwa. Do wywierania takiego wpływu potrzeba również człowieka, posiadającego zaufanie młodzieży i umiejącego w odpowiedni sposób na nią wpływać. Zadania zatem i praca nauczyciela gimnastyki są obszerne i aż nazbyt obszerne i przechodzą w obecnych warunkach siły jednego człowieka, a szczególnie w zakładach przepełnionych.

Z naprowadzonych okoliczności wynika, że w obecnym systemie młodzież za mało oddaje się ćwicze-

niom fizycznym, nauczyciele gimnastyki zaś mają tych ćwiczeń za wiele i to w takim stopniu, który ich zdrowie nadweręża.

Prócz tych obowiązków winien nauczyciel gimnastyki zająć się urządzeniem gier i zabaw ruchowych, tak w lecie jak i w zimie, uczyć pływania i wioślowania i sportów zimowych. Wprawdzie reskrypt ministerjalny z 24. lutego 1904. żąda, aby członkowie gromad nauczycielskich pomagali nauczycielom gimnastyki w staraniach około fizycznego rozwoju młodzieży, lecz rzadko w rzeczywistości tak się dzieje. Często starsi członkowie gromad spoglądają na cały ruch wychowania fizycznego jak na niepotrzebne nowinki, a nawet szkodliwe, bo odwodzące młodzież od poważnej pracy, lub są tacy, którzy nie radzi pomagać, lecz chcą iść na własną rękę, sądząc, że do tego wiedza zawodowa niepotrzebna.

Nauczyciele gimnastyki mają całe zatem dni zajęte, prawie bez wolnej chwili na odpoczynek. Oprócz pracy dla szkoły, pozostaje im druga jeszcze praca; praca naukowa — również dla szkoły; tylko już nie obowiązkowa. W Niemczech wychodzi kilka czasopism poświęconych wyłącznie sprawie wychowania fizycznego młodzieży, w Austrii, o ile jest mi wiadomem dopiero jedno: »Vierteljahrschrift für körperliche Erziehung« jako organ wiedeńskiego Tow. popierania zabaw młodzieży. Literatura w tym kierunku jest obszerną. Nauczyciele gimnastyki mają w czem pracować, powinni i muszą.

Dla wychowania zatem fizycznego i gimnastyki, jako dla gałęzi nauk ścisłych żąda Tow. naucz. utworzenia katedry na uniwersytecie we Lwowie i Krakowie. Prócz tego winien nauczyciel gimnastyki słuchać wykładów anatomii opisowej, fizjologii i higieny.

»Jak dziś już np. naturaliści uczą matematyki jako przedmiotu pobocznego, tak i tu dążyć powinniśmy do stworzenia klasy nauczycieli o uniwersyteckich studiach, którzyby udzielali gimnastyki obok swego prze-

dniotu głównego. Dziś już tego rodzaju nauczyciele działają z najlepszym skutkiem w wielu szkołach austriackich i niemieckich; w Belgii zaś wszyscy prawie nauczyciele gimnastyki należą do tej kategorii. Względny brak studyów fizyologicznych — nieistniejący zresztą u przyrodników — równoważą u nich przynajmniej wszechstronny wpływ wychowawczy na uczniów, których poznanie i o władnięcie ich dusz nauczyciel taki uskutecznia na podwójnej drodze; nauki i wychowania fizycznego.

»W Galicyi uczyniono bardzo szczęśliwy krok, mianując w wielu szkołach średnich lekarzy nauczycielami gimnastyki. Jak już wykazaliśmy, prawdziwym specjalistą w dziale wychowania fizycznego może dziś być tylko człowiek o gruntownem przygotowaniu anatomo-fizyologicznem. Lekarz posiada ten najtrudniejszy do zdobycia warunek. Nieświetne warunki materialne i przeciążenie wytężającą pracą, jakie narzuca dziś ustawa nauczycielowi, nie mogą stanowić zachęty dla lekarzy. Toteż powszechnie spoglądamy na nich raczej jako materyał na lekarzy szkolnych, tyle nam potrzebnych; z zajęciem zaś tego stanowiska dzisiejsi lekarze-gimnastycy będą musieli być zwolnieni od części swych lekcyi«. (Memoryał Tow. naucz. sz. w.).

Obecnie grono nauczycieli gimnastyki składa się w naszych szkołach średnich z ludzi najrozmaitszych zawodów. W wielu zakładach oprócz głównych są nauczyciele gimnastyki pomocniczy, o tych mówić nie będę. Na 43 nauczycieli mamy tylko 8 lekarzy a 12 nauczycieli szkół średnich, natomiast 23 bez nauk akademickich, a nawet bez ukończonej szkoły średniej. Ludzie zatem, którzy sami tej szkoły nie ukończyli są w niej nauczycielami, ludzie, którzy nie mają pojęcia o anatomii, fizyologii i higienie, wychowują młodzież fizycznie. Regułą to jest, gdyż i między nimi są tacy, którzy własną pracą nabyli pewnego zasobu wiedzy im potrzebnej.



»Obok sprawy kształcenia nauczycieli wyłania się druga, równie ważna: inspekcji nad ćwiczeniami fizycznymi w szkołach średnich. Zdobyte naukowe lat ostatnich zmuszają nas do widzenia w ćwiczeniach cielesnych broni obosiecznej. Olbrzymia już dziś literatura o przemęczeniu serca przez nadmierne znużenie, studia wreszcie, jakie Lagrange, Demeny i inni czynili nad deformującym działaniem niektórych ćwiczeń, wszystko to przemawia za koniecznością kontroli, która zresztą w tym dziale może być daleko dokładniejszą niż w innych.

»Już z takiego pojęcia roli inspektora ćwiczeń fizycznych, które zresztą dziś jest jedynie możliwym, wynika jasno, że do spełnienia jej nie wystarczy powołanie instytucji w rodzaju »Turninspektorów« niemieckich. Jeżelibyśmy mogli ostatecznie tolerować braki w fizjologicznej wiedzy nauczycieli gimnastyki, nie możemy tego uczynić co do inspektora, którego zadaniem będzie nadawanie kierunku całemu wychowaniu fizycznemu. Powołanie lekarza na to stanowisko jest tem korzystniejszym, że tem samem mogłaby być załatwioną potrzeba referenta dla spraw zdrowotnych w Radzie szkolnej krajowej«.

Prof. Wickenhagen żąda w Berlinie w r. 1899 ustanowienia inspektorów gimnastyki. W Izbie posełskiej austriackiej w dniu 4. i 12. grudnia 1901 i 6. lutego 1902 rozprawiono nad tą sprawą.

Prof. Dr. Max Gruber powiedział w r. 1901, że w Austrii pomimo pięknych rozporządzeń źle się dzieje, niema troski o fizyczne wychowanie młodzieży, ponieważ w ministerstwie i radach szkolnych niema prawie ludzi, którzyby niegdyś w młodocianych latach sami ćwiczeniom fizycznym się oddawali.

Ustanowienie krajowych inspektorów gimnastyki poświadczyłoby przed młodzieżą i ich rodzicami bardzo wymownie, że władze o wychowanie fizyczne się troszczą. Młodzież przenosi się często z jednego zakładu do drugiego, w jednym gimnastyka nadobowiązkowa, w drugim obowiązkowa, więc ją lekceważy. Podobnie i rodzice.

Nauczyciele gimnastyki pracują. Jedni nie znajdują zrozumienia, drudzy pracują z konieczności. Jedni zniechęceni, drudzy z powodu braku sposobności nie zaznajamiają się z bieżącym rozwojem wiedzy swego zawodu. Inspektorowie zawodowi przedstawialiby dotychczasowe braki, wskazywaliby na nowe kierunki i zachęcali do pracy naukowej.

Obecni inspektorowie mają cały ogrom innych zajęć, muszą być specjalistami w każdym przedmiocie nauczonym w szkołach średnich i nie mają czasu na zaznajamianie się z nowymi prądami wychowania fizycznego, ani też na dokładną inspekcję ćwiczeń fizycznych, a więc tak gimnastyki jak i zabaw.

W jaki sposób obecny inspektor może się przekonać o wykonywaniu reskryptu ministeryalnego z r. 1890 o urządzaniu gier i zabaw ruchowych w szkołach średnich, jeśli przyjedzie na inspekcję w słotną jesień, lub wczesną wiosną? Ten kierunek nadzoru ma również doniosłe znaczenie. Nadmiar ćwiczeń również szkodzi. Szkoła winna czuwać, by młodzież nie uprawiała nadmiernie jazdy na rowerze, by nie używała kąpieli kilka razy dziennie, by nie przedsiębrała fizycznie męczących marszów i wycieczek. Nauczyciel gimnastyki sam jeden tylu obowiązkom nie podoła. Gdy inspektor wychowania fizycznego, grono w tym kierunku do pracy zachęci, wyniki będą pomyślniejsze.

W wychowaniu fizycznym młodzieży nie chodzi o osiągnięcie jakichś nieuchwytnych ideałów, lecz tylko o uzyskanie najważniejszych i najkorzystniejszych warunków prawidłowego rozwoju i o rozpowszechnienie jak najszerze podstawowych wiadomości higieny. —

Nauczyciel gimnastyki może działać przy pomocy członków grona tylko w miejscu, gdzie pełni obowiązki służbowe, natomiast inspektora działalność może się rozszerzać na kraj cały, a co zatem idzie, inspektor taki mógłby wychowaniu fizycznemu w całym kraju nadać jednolity, celowy kierunek.

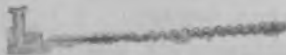
Wytykanie wad i żądanie poprawy istniejących stosunków, wypowiedziane przez inspektora wychowania fizycznego, znalazłoby większy posłuch u czynników miarodajnych, aniżeli dotychczasowe memoryały lub luźne żądania.

Gminy towarzystwa i publiczność widząc troskę i celową pracę władz szkolnych, chętniejby w tym kierunku pomogły, aniżeli to dziś czynią. Szczególniej gminy są dość niechętne, gdyż jak dotychczas musiałyby same wszelkie koszta urządzenia np. boiska, parku lub ślizgawki ponosić. Gdyby jednak przedstawiono im drugą stronę tej sprawy, jakto wyżej mówiąc o parkach uczyniłem, gdyby do tego członek Rady S. k. w tym kierunku żądanie postawił, możeby starania prędzej lepszy wynik dały.

Za przykładem szkół średnich poszłyby szkoły miejskie, nie wszędzie, gdyż w wielu już miastach szkoły miejskie wyprzedziły średnie. Wiele już szkół ludowych posiada lepsze budynki, urządza zabawy i posiada nadzór lekarski.



Biblioteka uniwersytetu ludowego
im. A. Mickiewicza w Przemyślu.



Słyszałem zdania, że nawet najgorzej urządzone budynki szkół średnich są jeszcze pałacami wobec mieszkań wielu uczniów, że urządzenia higieniczne tych budynków mogą być jeszcze wzorem dla t. z. stancyi. Prawdzie przeczyć trudno. Prawdopodobnie potrafiliby cisami powiedzieć i głodnemu: ponieważ już jeden dzień nie jadłeś, powstrzymaj się i przez drugi od jedzenia. Takie dowody same siebie potępiają, a wynik ich jest wprost przeciwny zamiarom. Właśnie dlatego, że warunki higieniczne mieszkań uczniów urągają wprost zasadom zdrowotnym, szkoły niech będą dla nich rzeczywistym miejscem nauki, a więc nie tylko greki, lecz i higieny. Niech wychowanek w szkole nauczy się żyć higienicznie, niech szkoła da mu takie warunki, któreby zapobiegały złym wpływom mieszkań, niechaj szkoła nauczy go o korzystnym wpływie światła, powietrza i czystości na zdrowie, a wychowanek taki będzie się starał wpływać na swe otoczenie, będzie szerzyć zasady higieny poza szkołą i jedynie z powodu przyzwyczajenia będzie się starał wpływać na zmianę swego mieszkania. Przewietrzenie mieszkania i utrzymanie go w czystości nie wymaga kosztów i takie zmiany uda się uczniowi spowodować. Gdy wymogi higieniczne uczniów wzrosną, to i utrzymujący uczniów na t. z. stancyach, chcąc uczniów utrzymać, będą musieli do wymogów tych zastosować się.

Już dziś znachodzą się przepisy na kolejach, w tramwajach, a nawet w budynkach, publicznych, zabraniające pluć na posadzkę pod grzywną rozmaitej wysokości, tylko w szkołach trudno młodzież od tego nieestetycznego i szkodliwego nawyknienia odzwyczaić.

Umieszczenie higienicznych spluwaczek na korytarzach i w klasach i pouczanie uczniów, często jeszcze do niczego nie prowadzi. Młodzieży w jednym roku higieny nie nauczy, praca powolna lecz ustawiczna przecież musi kiedyś dać wyniki dodatnie.

Aby zadość uczynić naturalnym wymogom wychowania fizycznego młodzieży, nie wystarczy wprowadzenie obowiązkowych ćwiczeń gimnastycznych i zorganizowanie gier i zabaw ruchowych w każdej porze roku, lecz potrzeba jeszcze troszczyć się o stworzenie odpowiedniego środowiska naturalnego rozwoju czyli o higienicznie urządzone budynki szkolne i o higienę szkolną i pozaszkolną młodzieży.

Rozporządzenie ministeryjne z 10 lutego 1880 r. i 15 września 1890 żądają: »Dyrektorowie i nauczyciele szkół średnich mają obowiązek baczyć na słuszne wymagania higieny szkolnej, szczególnie jasności klas szkolnych, sztucznego oświetlenia, prawidłowej bydowy ławek, należytego siedzenia uczniów i t. d.«

Okólnik ministerstwa z r. 1903 poleca, by dyrekcje szkół pouczyły młodzież o szkodliwości psucia się zębów i o pielęgnowaniu jamy ustnej.

Okólnik kraj. R. S. z dnia 3. listopada 1890 poleca zapuszczać podłogi gorącym olejem lnianym, używać ławek i stopni pokostowanych i bielić ściany co roku.

Higiena szkolna wchodzi obecnie na coraz pomyslniejsze tory. Stworzono z niej obecnie jak z wychowania fizycznego osobną gałąź wiedzy. Bardzo ważnym czynnikiem dla rozszerzania i posuwania naprzód pewnej gałęzi wiedzy są obecnie kongresy. I higiena szkolna nie pozostała w tyle, o czym świadczy pierwszy międzynarodowy kongres dla higieny szkolnej, który się odbył w Norymberdze w kwietniu 1894 r. i drugi, który ma się odbyć w b. r. w Londynie.

Prace prowadzą do celu i dziś już w teorii uznano powszechnie, iż fizjologia i higiena mają razem pracować z psychologią, dążyć do wzajemnego zharmonizowania się. Może niedaleką już jest chwila, kiedy

te czynniki zejść się i w praktyce w wychowaniu młodzieży, a młodzież opuszczająca mury szkolne będzie umysłowo i fizycznie zdrową i prawidłowo rozwiniętą. Przejdę pobieżnie najważniejsze wymagania higieniczne budynków szkolnych.

Szkoły średnie znajdują się po większych miastach, a budynki szkolne przeważnie w śródmieściach. Urządzenie także przedstawia wiele stron ujemnych. Turkot uliczny, proch, brak świeżego powietrza, trudność w uzyskaniu dość obszernego boiska, przemawiają przeciwko takiemu stanowi. Stąd nasuwa się mimowoli do zalecenia budowanie szkół w miastach większych na obwodzie i w mniejszych miastach prowincjonalnych.

Miejsce wzgórkowate, suche, położone wśród ogrodów, obszaru na normalną szkołę średnią najmniej 4200 m², tak by na jednego ucznia wypadło najmniej 10m², W budynku 12 klas dość obszernych obliczonych na 40 uczniów najwięcej a więc 160 m³ objętości, np. po 4 m. 5 m. i 8 m. i 8 sal na gabinety biblioteki i kancelarye. Klasy zwrócone na południowy wschód lub południowy zachód, gabinety na północ. Okna w klasach pojedyncze dla umożliwienia należytego przewiewu o powierzchni równej jednej czwartej posadzki. W budynku obszerny przedsionek i poczekalnia. Korytarze szerokie na 3.5 m., by mogły pomieścić garderobę uczniów. Ławki na 1 m. od pieca oddalone, z dwoma siedzeniami, o pulpitych ruchomych, o odległości pulpitu od ławki ujemnej, o rozmaitych rozmiarach odpowiadających rozmaitej wysokości uczniów, najmniej o czworakiej rozmaitej wielkości. Ściany sal naukowych bielone a nigdy marmalowane, w ten sposób zapewnione przynajmniej raz w roku podczas bielenia odkażenie sal wapnem. Podłogi i korytarze sal zapuszczane nieschnącym olejem.

W wychodkach pisoary oddzielone drewnianymi przepierzeniami po 65 cm. szerokości na jednego ucznia, ściany ich wyłożone do wysokości 2 m. kaflami.

W wychodkach należy używać często środków odkażających i odwanających: 10 klg. witryolu żelaza na 500 uczniów w miesiącu. Budynek odpowiadający wymagom higieny, aby nadal tę swoją cechę zachował musi być jeszcze w czystości utrzymany. Podłogi należy zamiatać mokrą szmatą, po ukończeniu całodziennnej nauki, a więc aż po godzinach nadobowiązkowych. Po skończonem zmiataniu otwiera się okna na pół godziny, poczem ławki i stoły ściera z prochu. Mycie okien raz na tydzień, a drzwi, sprzętów, podłóg klas i korytarzy, jeśli są zapuszczone olejem dwa razy do roku.

Sale i korytarze opalane do 13° R.

Obecne budynki szkolne zawierają wielki błąd ze stanowiska higieny, mieszczą w sobie mianowicie mieszkania prywatne. W czasie wybuchu jakiejś choroby zakaźnej, przez odosobnienie członków jednego mieszkania, można chorobę w postępie powstrzymać. Jeśliby choroba taka wybuchła w mieszkaniu szkolnem, należałoby szkołę na jakiś czas zamknąć. Z tego powodu budynek mieszkalny winien stanowić dla siebie osobną całość i może być umieszczony przy jednym z boków boiska szkolnego.

Trzecim budynkiem jaki na gruncie szkolnym znajdować się powinien jest sala gimnastyczna z pomocznymi ubikacyami. Sala gimnastyczna wymaga ziemi suchej, znacznej ilości słońca i z tego powodu musi tworzyć budynek osobny i nie może być podporządkowaną innym lokalom szkolnym, lub umieszczoną w suterenaeh.

Wielkość sali gimnastycznej, zastosowana do liczby 40 ćwiczących jest najodpowiedniejszą. Obliczona na większą liczbę uczniów nadweręża za szybko z powodu swej obszerności płuca i narząd głosowy nauczyciela. By ten warunek uzyskać musiałoby się wpieryw przeprowadzić ściśle zasadę, że liczba uczniów w klasie nie śmie przekraczać 40. Dla tej liczby uczniów sala o powierzchni posadzki 120 m²

np. o bokach 8 i 15 m. jest zupełnie wygodną, a przy wysokości 5 m. da na jednego ucznia 15 m^3 powietrza.

Ze względu na ułatwienie nadzoru nauczycielowi i na skoki potrzebnym jest kształt prostokątny sali, jak to już z wymiarów podanych jest uwidocznionem.

Dla łatwiejszego odczyszczania sali korzystnem jest pociągnięcie ścian i sufitu farbą olejną, matowo białą, obłożenie ścian dołem do wysokości 1.5 m. drzewem i sufit zupełnie gładki. Okna umieszczone dość wysoko, wielkie pojedyncze, tak by obejść się można bez wentylatorów. Piece gładkie bez jakichkolwiek ozdób, aby nie były zbiornikiem kurzu i łatwe do oczyszczenia.

Posadzka gładka pociągana dwa razy do roku olejem nieschnącym. Posadzka taka jest wprawdzie niewygodną, ponieważ z czasem jest ślizgą, przedstawia jednak ogromną korzyść — zapobiega wznoszeniu się pyłu. Na posadzce gładkiej należy tylko baczyć i ostrożnie postępować ze skokami, chociaż i tutaj niebezpieczeństwu zapobiegają skórzanne materace i odpowiednie meszty ćwiczebne.

Najodpowiedniejszą na sali gimnastycznej byłaby posadzka gipsowa, pokryta linoleum, urządzenie takie jednak jest nadzwyczaj kosztownem.

Ciepłota na sali powinna stosownie do przepisów wynosić $\pm 13^\circ \text{R}$, może się wahać od $\pm 10^\circ \text{R}$ do $\pm 14^\circ \text{R}$, tych granic jednak ani w jednym kierunku ani w drugim przekraczać nie może. Często jednak jak wyżej wspomniałem ciepłota na sali jest o wiele niższą co już nawet na sali po męczących ćwiczeniach grozi zaziębieniem, a ćwiczenia znowu muszą być energiczniejsze właśnie z powodu niskiej ciepłoty. Błędne koło.

W budynku gimnazjalnym obok sali gimnastycznej musi być jeszcze szatnia, pokój dla nauczyciela gimnastyki i pokój na przyrządy.

Szatnia musi być opaloną należycie i mieścić w sobie wieszadła na płaszcze, i dla każdej klasy o-

sobną szafkę na meszty ćwiczebne, by uczniowie nie potrzebowali ich ze sobą nosić i nie zapominali co się często dzieje, brać ich ze sobą na ćwiczenia. Meszty schowane w szafce dają jeszcze rękojmię, iż uczeń nie będzie w nich chodził po ulicy, co się zdarza w lecie i nie zanieśie z ulicy błota, prochu i zarzków na salę. Uczniowie i tak przeładowują się książkami idąc do szkoły, niech przynajmniej mesztów nie noszą. Codzienne obładowywanie się książkami jest szkodliwe, powoduje lub zwiększa boczne skrzywienie kręgosłupa. W tym kierunku nie działa tyle ciężar ile częstość działania wpływu szkodliwego.

Pokój nauczyciela ma służyć temuż na odpoczynek po ćwiczeniach, szczególnie podczas przerw, aby spocony i zmęczony w zimie nie potrzebował iść do budynku głównego. W pokoju tym jako umeblowanie służą stół, krzesło i szafka na podręczniki, dzieła i czasopisma zawodowe i kasetka z najpotrzebniejszymi środkami opatrunkowymi.

W pokoju na przyrządy przechowuje się przyrządy mogące uleść łatwo zniszczeniu lub takie, które z powodu swej liczby uniemożliwiają dokładny nadzór, jak ciężarki, laski drewniane i żelazne, sznury do skoczni, wywijadła, przybory do zabaw i t. d.

Gimnastykę obecnie w szkołach średnich właściwie dopiero się wprowadza, dlatego byłoby odpowiednim, aby nowo powstające budynki gimnastyczne i sale przystosowano do prowadzenia ćwiczeń systemu szwedzkiego. Przystosowanie sali i dobór przyborów do gimnastyki szwedzkiej jest o wiele tańszy, aniżeli do gimnastyki niemieckiej, przerobienie zaś jest nadzwyczaj kosztowne.

Uwzględniając przy nowo budujących się salach gimnastycznych, ćwiczenia szwedzkie, które bezwątpienia prędzej lub później w naszych szkołach średnich będą obowiązywały, przyczyni się do znacznego oszczędzenia kosztów. Im mniej sal i urządzeń będzie do zmian, tem mniejsze koszty.

Ponieważ gry i zabawy ruchowe posiadają dla rozwoju fizycznego donioślejsze znaczenie aniżeli ćwiczenia na sali, winna ona być tylko ostatecznym środkiem, tylko wtenczas w użyciu gdy stan powietrza nie pozwala bezwarunkowo na ćwiczenia pod gołym niebem. Z tego powodu winno się znajdować tuż obok sali boisko szkolne, czyli inaczej sala winna się znajdować na boisku. Takie urządzenie umożliwiałoby łatwe przenoszenie przyrządów ze sali na boisko i na odwrót.

Często deszcz tylko uniemożliwia ćwiczenia pod gołym niebem, dlatego byłoby pożądanem, aby na gruncie szkolnym znajdował się czwarty budynek, hala drewniana, posiadająca tylko z jednej strony ścianę. Hala taka mogłaby służyć w razie niepogody za miejsce przepędzania przerw przez uczniów. Miejscem takim są obecnie kurytarze i klasy, na czym cierpi higiena zakładu. Hala oddałaby podwójny pożytek, byłaby miejscem spędzania przerw między godzinami podczas słońca i miejscem ćwiczeń i zabaw również w razie niepogody.

W zimie i w lecie powinna młodzież wolne chwile od nauki szkolnej i domowej przepędzać na boisku szkolnym. Aby tak się dźiać mogło, musi to boisko młodzież nęcić, a wtenczas ustanać wałasania się bezcelowe, oddawanie się zakazanym rozrywkom, zmniejszy się liczba kar szkolnych a zyska zdrowie młodzieży.

Boisko będzie młodzież nęciło, jeśli młodzież znajdzie na niem rozrywkę przyjemną, różnorodną. Ustawienie przyborów gimnastycznych, stworzenie boisk do kilku najponętniejszych gier, w zimie tor łyżwiarski mogą tę cechę nęcącą boisku nadać. Skoro boisko ma służyć do ćwiczeń i zabaw nie może być pokryte grubym szutrem, gdyż w razie upadku ucznia może spowodować szkodliwe następstwa, nie może być również pokryte piaskiem, gdyż wtenczas unoszą się tumany szkodliwego kurzu i pyłu, ani też zasażone drzewami, te bowiem mogą powodować nie-

bezpieczne wypadki i przeszkadzają w urządzaniu gier i zabaw. Najodpowiedniejszym na boisku jest krótki trawnik i cieniste drzewa na jego obwodzie.

Prawidłowo urządzony budynek szkolny jest przykładem higienicznego urządzenia. Dla objaśnienia młodzieży, dla większego jej zainteresowania w tym kierunku i dla pouczenia jej o innych niezbędnych warunkach utrzymania zdrowia i uchronienia się od szkodliwych wpływów, potrzebnem jest słowo żywe, potrzebna jest nauka higieny i to jako przedmiotu obowiązkowego.

Władze szkolne uznały już potrzebę higieny tak w teorii jak i w praktyce. Rozmaite rozporządzenia wydane w tym kierunku świadczą bardzo wymownie o tem, wiele z nich jednak oczekuje dopiero na wykonanie z powodu braku zasobów materialnych. Jedno z tych rozporządzeń żąda, aby kandydaci na nauczycieli szkół średnich słuchali wykładów higieny. Jestto zarządzenie bardzo korzystne, gdyż trudno w obecnych czasach szybkiego rozwoju higieny dopuścić, by człowiek wykształcony nie znał najgłówniejszych zasad tej najpotrzebniejszej wiedzy. Dla szkół będzie również korzystną znajomość higieny u członków grona, gdyż będąc sami temi zasadami przejęci, chętniej i gorliwej poprą działania nauczycieli gimnastyki i jeśli kiedyś zostaną ustanowieni — lekarzy szkolnych.

Znajomość jednak higieny u nauczyciela nie wpływa na ucznia. Nauczyciel matematyki lub języków nie wiele będzie miał sposobności, a co ważniejsza czasu do zaznajomienia ucznia ze swemi wiadomościami higienicznymi, a jeśli to uczyni, to z uszczerbkiem własnego przedmiotu. Do tego nauka udzielana w jednej klasie przez kilku nauczycieli równocześnie nie może z powodu braku jednostajności przynieść korzyści. Najodpowiedniwszemby było wprowadzenie obowiązkowej nauki higieny w klasie szóstej i siódmej w dwóch godzinach tygodniowo, lub jak chcą niektórzy tylko w klasie siódmej w połączeniu z somatologią, a w klasie szóstej tylko nauki zoologii.

Potrzeba regularnego sanitarnego nadzoru szkół i młodzieży szkolnej, wyływa jasno z częstości chorób szkolnych, zakaźnych i tych, które są następstwem niedozwolonych wybryków, z ich znaczenia indywidualnego i społecznego, jak również z faktu, że choroby pierwsze, jak nazwa wskazuje, występują z winy szkoły, drugie z powodu gromadzenia większej liczby młodzieży w jednym miejscu mogą się szybko i niebezpiecznie rozszerzyć, a trzecie niszczą zdrowie wielu jednostek ze stratą dla społeczeństwa. Już sama liczba krótkowidzów i scoliotycznych usprawiedliwiłaby w zupełności potrzebę nadzoru lekarskiego. Krótkowidz, to człowiek chory, nie zdolny do wielu zawodów, jak np. do służby kolejowej, technicznej, do malarstwa, rzeźbiarstwa i t. d. Szkoła powodując lub zwiększając stopień krótkowzroczności, pozbawia tę część młodzieży wolności wyboru tych zawodów.

Obok krótkowzroczności występuje dość często skrzywienie kręgosłupa, nawykawy ból głowy, krwawienia z nosa i t. p. do tego jest często szkoła rozsądnikiem chorób zakaźnych. Obok tych chorób występują u młodzieży cierpienia narządu trawienia, zębów, a czasem epilepsja. Różne te stany chorobowe przeszkadzają młodzieży w należytej nauce i utrudniają nauczycielowi ujednostajnienie nauki w klasie.

Wobec tego obowiązkiem społeczeństwa jest wprowadzenie instytucji lekarzy szkolnych w życie. Dają się słyszeć czasem zdania, iż obowiązki lekarza szkolnego możnaby za małym wynagrodzeniem poruczyć, któremukolwiek z lekarzy praktykujących w danej miejscowości. Ci lekarze podałiby nawet wobec licznych innych swoich obowiązków z łatwością nielicznym szkolnym. Obowiązki lekarza szkolnego mogą

być nieliczne i liczne zależnie od sposobu zapatrywania i pojmowania obowiązków.

Lekarz szkolny musiałby czuwać nad rzeczywistym stanem zdrowia młodzieży szkolnej i nadtem wszystkim, co zdrowie tak młodzieży jak i nauczycieli w jakimkolwiek kierunku może nadwerężyć. W tym obowiązku mieści się cały szereg innych, licznych żmudnych obowiązków.

Cały budynek szkolny wraz z urządzeniem, opalaniem, oświetlaniem, przynależnościami i utrzymaniem czystości winien podlegać nadzorowi lekarza. Nadzorowi lekarza musiałby również podlegać rozkład godzin lekcyj szkolnych, plan lekcyjny i nauka domowa. Lekarz szkolny musiałby być zawodowym doradcą kierownika zakładu i grona nauczycieli, wykazywać niebezpieczeństwa, jakie z danego stanu rzeczy grożą młodzieży i podawać rady zapobiegania tym szkodliwym wpływom. Nadzór nad wszelkiego rodzaju ćwiczeniami fizycznymi młodzieży należałby również do jego obowiązków.

Ponieważ niektóre choroby stanowią przeciwskazanie do ćwiczeń fizycznych, lekarz szkolny po zbadaniu uczniów, uważałby takich od gimnastyki, a nawet wprost zabraniał im udziału.

Co do stanu zdrowia młodzieży miałyby obowiązek badania wszystkich uczniów na początku i z końcem każdego roku szkolnego i prowadzenia imiennego przeglądu rozwoju fizycznego i zdrowia każdego ucznia, a więc badać i wpisywać wzrost, wagę ciała, obwód klatki piersiowej, ogólny stan odżywienia, barwę skóry, bystrość wzroku, słuchu, stan kręgosłupa, zębów, prócz tego badać dokładnie stan chorób zakaźnych w mieście i dawać rady w kierunku zarządzenia środków zapobiegawczych, utrzymywać w porządku pod zamknięciem środki potrzebne do niesienia pierwszej pomocy w nagłych wypadkach, które zdarzają się niekiedy na boisku, w sali gimnastycznej, lub nawet w klasie.

Zwiedzanie mieszkań uczniów i nadzorowanie by nie były przepelnione, wilgotne i ciemne i podawanie rady usunięcia wad dostrzeżonych, a nawet zabronienie mieszkania w pewnych lokalach niehigienicznych, należałoby znowu do obowiązków pozaszkolnych lekarza.

Prócz tego nauka higieny w czterech godzinach tygodniowo i ewentualnie gimnastyki w jednej klasie w 3 godzinach tygodniowo, to byłyby obowiązki i praca lekarzy szkolnych, któraby nie tylko dorównywała lecz nawet przewyższała pracę innych członków grona.

Praca i warunki żądane od lekarzy szkolnych i nauczycieli gimnastyki przemawiają zatem, że tak nauczyciel gimnastyki, jak i lekarz szkolny muszą być na równi pod każdym względem z nauczycielami postawieni.

Lekarz szkolny i nauczyciel gimnastyki, aby mogli należycie swe zadania pełnić z pożytkiem dla zakładu i młodzieży, musieliby się dokładnie z gronem nauczycielskiem zharmonizować, co przy znajomości głównych zasad higieny ze strony nauczycieli byłoby zupełnie możliwem. Aby harmonia taka mogła zapanować, musiałoby się grono nauczycielskie przejąć doniosłym znaczeniem higieny dla szkoły, nie tylko pracą dla rozwoju umysłowego lecz i dla zdrowia młodzieży, nie upatrywać swego zadania tylko w nauczaniu i ocenianiu wiedzy ucznia, nie zapatrywać się na rady przyszłych lekarzy szkolnych, jako na coś takiego, bez czego się dawniej obchodzono, a więc i dziś się obejść można, lecz owszem starać się zło dostreżone usuwać. Dawniej można się było do pewnego stopnia bez niektórych warunków higieny obejść, gdyż młodzież szkolna była o wiele mniej liczną aniżeli dziś. Już samo przepelnianie szkół wiele złego za sobą pociąga, a procent młodzieży chorej choćbyśmy przyjęli ten sam jaki był dawniej, to liczba młodzieży chorej rośnie ze wzrostem ogólnej liczby. Skoro nas

złe stosunki higieniczne w szkołach gniołły, to jeszcze nie powód, aby i nasi następcy to cierpieli.

Z drugiej strony dla utrzymania harmonii w gronie, potrzebnemby było dokładne zrozumienie ze strony lekarza szkolnego, że pierwszym celem szkoły jest nauka, a on ma dbać tylko o to, aby ta nauka w taki sposób i w takich warunkach była udzielaną, jakie zdrowia na szkodę nie narażają. Musiałby zatem umieć godzić rozwój młodzieży umysłowy z rozwojem fizycznym i wymogami higieny, dlatego musiałby się strzedz przesady w swoim kierunku. Byłoby też pożądanem, gdyby kiedyś po ustanowieniu instytucji lekarzy szkolnych i grono nauczycielskie wybrało z pomiędzy siebie jednego członka, któryby wraz z lekarzem szkolnym i nauczycielem gimnastyki stanowił rodzaj komisji sanitarno szkolnej. Komisja ta omawiałaby stosunki higieniczne i pedagogiczne danego zakładu i z gotowymi umotywowanymi wnioskami przychodziłaby przed plenum grona.

Lekarzem szkolnym jak zaznaczyłem nie mogłby być każdy lekarz wolno praktykujący. Znajomość pedagogii i higieny szkolnej byłaby u nich niezbędną. Ponieważ w każdym zawodzie jest wymaganiem rządowy egzamin zawodowy, możnaby żądać od kandydatów na lekarzy szkolnych takiego egzaminu szczególnie z dwóch wyżej wspomnianych gałęzi wiedzy. Higiena jest już obecnie przedmiotem egzaminu fizykalnego.

W Austrii sprawa lekarzy szkolnych nie jest nową. Ustawa z r. 1873 żąda, aby przy każdej radzie szkolnej okręgowej utworzono komisję sanitarną, do której ma należeć lekarz jako członek zwyczajny. Ten ma udzielać rad pod względem sanitarnym, przedsiębrać rewizye szkół i o wszystkim, co zauważy składać sprawozdania.

W Stanach Zjednoczonych Ameryki płu. towarzyszy każdej inspekcji szkolnej lekarz.

Brukselę podzielono na pięć dzielnic sanitarno-szkolnych. W każdej znachodzi się lekarz z asystentem i ma obowiązek trzy razy w miesiącu przedsięwziąć rewizję szkół swego okręgu, a raz w miesiącu złożyć sprawozdanie o stanie zdrowia młodzieży, o jej chorobach i czystości szkół i podać środki zapobiegawcze zauważonym błędom.

W podobny sposób załatwiono sprawę w Antwerpii. Znajduje się tam czterech inspektorów lekarzy, którzy co tygodnia, w każdej szkole swego okręgu każdą klasę badają, a dla gron nauczycielskich urządzają pogadanki higieniczne.

We Francji zaprowadzono nadzór lekarski nad szkołami w r. 1886.

W Frankfurcie n. M. nadzór nad szkołami posiada lekarz miejski.

We Wrocławiu wprowadzono instytucję lekarza szkolnego z prawem i obowiązkiem inicjatywy.

W Theresianum kierunek służby sanitarnej spoczywa w rękach starszego lekarza i dodano mu dwóch asystentów, jednego jako specjalistę w okulistyce, drugiego w dentyście. Opał, wentylacja, pożywienie, odzież, ruch na świeżem powietrzu i gimnastyka pozostają pod dozorem starszego lekarza.

Nasuwa się jeszcze mimowoli jedna kwestya, mianowicie szkół osobnych dla uczniów chorych. Sprawa nie nowa, gdyż już zastanowiano się nad budową szkoły średniej w okolicy górskiej dla uczniów obciążonych gruźlicą. Jak odosobnianie młodzieży gruźliczej od zdrowej ze względu na groźbę zakażenia jest koniecznem, tak inne jeszcze względy przemawiają za stworzeniem osobnych szkół dla niektórych uczniów. W trzech zakładach, w których służyłem znalazłem razem 0·43% uczniów chorych na padaczkę, to znaczy, że we wszystkich szkołach średnich Galicyi jest przypuszczalnie 105 uczniów chorych na padaczkę. Padaczkę zalicza wielu uczonych do chorób umysłowych. Prócz tego znachodzi się w naszych szkołach wielu

uczniów umysłowo mało rozwiniętych i ci zwiększają liczby statystyczne złych not w szkołach, nie z własnej winy, lecz z winy swej wady wrodzonej lub nabytej. Tacy uczniowie wymogom szkół średnich podołać nie mogą i są skazani na opuszczenie szkoły po kilku latach daremnej pracy. Dla tych utworzenie osobnej szkoły średniej ze znacznie zmniejszonym planem nauki mogłoby oddać nieocenione usługi, przygotowując ich w zakresie ich zdolności do zawodów praktycznych.

Wielu krótkowzrocznych i z upośledzonym narządem słuchu jest również często przeszkodą w prawidłowym rozwoju umysłowym klasy.

Ten stan jest już złem nieuniknionem, tworzenie dla tych osobnych zakładów jest przeciwskazaniem. Ci uczniowie mogą czynić należyte postępy, ale nie w klasach przepełnionych, gdzie nauczyciel niema czasu na indywidualizowanie i badanie przyczyny małych postępów ucznia.

Wprowadzenie większej liczby godzin gimnastyki i nauki higieny pociągnęłoby zwiększenie liczby obowiązkowych godzin nauki szkolnej. Nauka jednak jak wyżej wykazałem niepowinna być dwurazową, a zatem wszystkie przedmioty należałoby pomieścić w godzinach porannych. Rzecz taka dałaby się wprowadzić przez zmniejszenie liczby godzin niektórych przedmiotów, rozpoczęcie nauki łaciny od klasy trzeciej, a greki od piątej i wprowadzenie jednostopniowej nauki w matematyce, fizyce, naukach przyrodniczych i historii powszechnej.

Nauka dwustopniowa jest obliczona dla uczniów słabszych, ma ona dać średnie wykształcenie tym, którzy na klasie czwartej wykształcenie swoje kończą. Takich uczniów jest nie wielu i niestuszną jest rzeczą liczyć się przy układaniu planu z garstką tam, gdzie chodzi o dziesiątki tysięcy młodzieży.

Przyszłą szkołę średnią wyobrażam sobie z następującym podziałem przedmiotów i godzin:

Przedmiot	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	godz.	W niższej szkole paralelki
religia	2	2	2	2	2	2	2	2	16	24
greka	—	—	—	—	4	4	3	3	14	14
łacina	—	—	6	6	4	4	3	3	26	38
polskie	6	6	4	4	3	3	3	4	33	53
niemieckie	6	6	4	4	3	3	3	3	32	52
geografia	3	3	3	3	—	—	—	—	12	24
historia pow.	—	—	—	—	3	3	3	4	13	13
matematyka	4	4	4	4	3	3	3	3	28	44
fizyka	—	—	—	—	2	2	2	3	9	9
mineralogia	—	—	—	3	—	—	—	—	—	—
botanika	—	—	—	—	3	—	—	—	—	—
zoologia	—	—	—	—	—	3	—	—	—	—
somatologia i higiena	—	—	—	—	—	—	3	—	12	15
propedentyka	—	—	—	—	—	—	2	2	4	4
gimnastyka	3	3	3	3	3	3	3	3	24	36
kaligrafia	2	2	—	—	—	—	—	—	4	8

Podana liczba godzin nauki dla języka greckiego i łacińskiego w zupełności wystarczyłaby mogła, gdyby czytanie arcydzieł literatur tych języków poruczyło się nauczycielowi języka polskiego w doborowych tłu-

maczeniach. Skutkiem tego okazuje się potrzeba zwiększenia liczby godzin języka polskiego, co tylko pożytek językowi rodzinnemu przynieść może. Przy nauce języka polskiego należałoby jeszcze uwzględnić naukę historii sztuki.

Pierwsza, druga i trzecia klasa miałyby tygodniowo po 26 godzin nauki, czwarta 29, a wyższe klasy po 30 g. Nauka języków wynosiłaby w zakładzie normalnym z równorzędnymi klasami niższymi, tygodniowo 157 godzin, realiów 105 g. religii 24 g. gimnastyki 30 g. i 12 kaligrafii i propedentyki filozofii.

Przedmioty nadobowiązkowe musiałyby być tak w podziale godzin umieszczone, aby zajęły najwyżej dwa popołudnia w tygodniu, a cztery popołudnia powinny zająć gry i zabawy ruchowe. W ten sposób dał się przesunąć punkt ciężkości wychowania ku realiom i wychowaniu fizycznemu.

Z powyższego przedstawienia rzeczy wynikałaby potrzeba wprowadzenia:

1. gimnastyki w każdej klasie po pół godziny codziennie,

2. wprowadzania systemu ćwiczeń szwedzkich i odpowiedniego urządzenia sal;

3. wprowadzenia we wszystkich szkołach średnich obowiązkowych ćwiczeń gimnastycznych;

4. mianowania nauczycielami gimnastyki ludzi odpowiednio uzdolnionych;

5. zrównania nauczyciela gimnastyki z innymi członkami grona pod względem poborów służbowych i lat służby i obniżenia obowiązkowych godzin nauki najwyżej do 20 tygodniowo;

II. 1. zorganizowanie gier i zabaw ruchowych przez cały rok, o ile klimat pozwala;

2. oddanie kierownictwa zabaw ludziom do tego uzdolnionym;

3. wystaranie się o parki lub boiska odpowiednio do zabaw i ćwiczeń urządzone;

III. 1. pilnego przestrzegania obecnie istniejących przepisów w sprawie higieny budynków i wychowania fizycznego, co będzie możliwem wtenczas gdy wysokie władze w ślad za rozporządzeniem wyznaczą równocześnie odpowiednią kwotę na przeprowadzenie tegoż rozporządzenia;

2. zasięgnięcia opinii lekarskiej co do miejsca i planów budowy gmachu szkolnego przed ich zatwierdzeniem;

3. wprowadzenia obowiązkowej nauki higieny w szkołach średnich;

4. wprowadzenia instytucji lekarzy szkolnych.

IV. 1. Utworzenia katedry wychowania fizycznego na obu uniwersytetach krajowych;

2. ustanowienia inspektora wychowania fizycznego przy kraj. R. s.

3. ustanowienia inspektora sanitarnego szkół.

4. wprowadzenia nowego planu nauki w szkołach średnich, tak by wprowadzenie obowiązkowej nauki higieny i zwiększonej liczby godzin gimnastycznych, nie pociągało zwiększenia dotychczasowej liczby godzin nauki.

Gdy szkoła potrafi oba kierunki wychowania młodzieży, umysłowy i fizyczny pogodzić, gdy nauczy młodzież naszą się bawić i da jej sposobność do tych zabaw, wtenczas będzie czas w niej spędzony tym jasnym, promiennym czasem, który stanowi miłe wspomnienie na całe życie, za którym się żałuje, że już nie powróci.

Wtenczas ferie tetnie będą dla ucznia nużące i nudne, gdyż nie będzie miał zabaw i towarzyszy i z niecierpliwością oczekiwać będzie rozpoczęcia nowego roku szkolnego. Przywiązanie do szkoły wzmoże chęć do pracy u młodzieży i ułatwi spełnianie zadania wychowawczego nauczycielom. Większe zajęcie się realiami przygotowuje lepiej młodzież naszą do przyszłego praktycznego życia, aniżeli czytanie

w oryginale Homera, Sofoklesa i innych. Bogactwa kraju nie zwiększymy przez bujanie w poetycznych sferach wieków starożytnych, lecz pracą celową w przemyśle i handlu, a do tego potrzebnem jest zdrowie i spory zapas sił fizycznych.

KONIEC.

Biblioteka uniwersytetu ludowego
im. A. Mickiewicza w Przemyślu.

2052.

BIBLIOTEKA
UMCS
LUBLIN



Biblioteka uniwersytecka ludowego
im. A. Mickiewicza w Przemyślu.

L 2052.

59

FIN 1211 1971

Biblioteka Uniwersytetu
MARII CURIE-SKŁODOWSKIEJ
w Lublinie

13 57328

BIBLIOTEKA U. M. C. S.

Do użytku tylko w obrębie
Biblioteki