

Vf 294020
XX 00138 9258

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800062171

3 47330





Zaniedbane Drogi Wychowawcze

1162
1160

Ppłk. Dr. WŁADYSŁAW OSMOLSKI

Zaniedbane Drogi Wychowawcze

Zagadnienia wychowania
fizycznego



WARSZAWA 1928



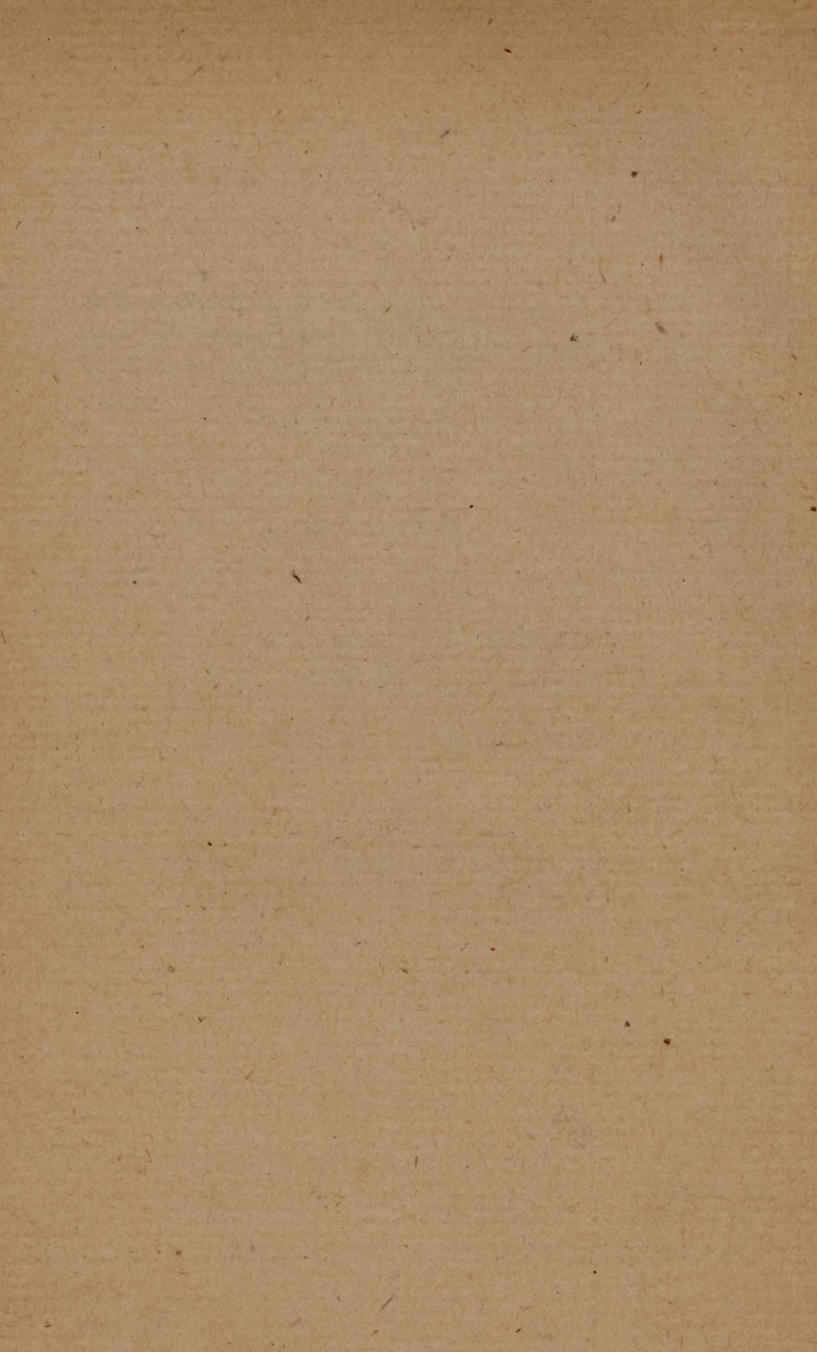
771

nr. 180

Zakłady Graf. tygod. naukowego „Medycyna“ Elekoralna 18.

37.016:796] (438) // 1918/1939

*Trzydziestemu Szóstemu Puł-
kowi Piechoty—Warszawskiej Legji
Akademickiej książkę tę poświęca
autor*



SŁOWO WSTĘPNE.

Właściwie książeczka ta nigdy przeze mnie nie była napisana. Brzmi to nieco paradoksalnie, a jednak tak jest bo pisane właściwie były tylko artykuły w różnych czasopismach w okresie powojennym.

Jeżeli przyszło mi na myśl złożyć książkę z niektórych artykułów, — to myśl tę spowodowały utyskiwania, jakie słyszę z wielu stron, że brak źródeł, skąd mogłyby zaczerpnąć ogólnych pojęć osoby interesujące się wychowaniem fizycznym z pobudek rodzinnych lub społecznych.

Oczywiście, że rzecz nienapisana jako książka a złożona z artykułów, które w niej dopiero stały się rozdziałami, — nie jest żadną całością harmonijną, co czempredzej sam podkreślam dla uniknięcia nieporozumień z krytyką. Ja sobie wchodzę w las zagadnień, które nastęrcza nam dziedzina wychowania i wkraczam to na tę, to na ową ścieżkę oznaczoną wyrazami „wychowanie fizyczne”.

Niech mi żyjący i nieżyjący towarzysze z 36 Pułku Piechoty wybaczą, że pozwoliłem sobie tak skromne „dzieło“ im zadedykować,

Tłumaczy mię pamięć o Warszawskiej Legji Akademickiej i o jej pierwszych bojach na szlaku pod Lwowem i na jego przedmieściach. Blisko już 10 lat temu będzie, jak patrzałem na zapał i niezłomność tej młodzieży, ale jak też widziałem u wielu brak sprawności fizycznej i psychicznego przysposobienia do rzemiosła żołnierskiego. Braki te kompensowano krwią szeregowych i — oficerów.

Przez te 10 lat, które upływają, robiono i zrobiono wiele dla podniesienia energii dusz i ciał naszej młodzieży. Praca Rządu i Społeczeństwa w tym kierunku rośnie z dnia na dzień. Coraz większa jest potrzeba piśmiennictwa, i dlatego śmiem sądzić, że ta broszura znajdzie czytelników.

W. O.

Ppłk. Dr. WŁADYSŁAW OSMOLSKI

Zagadnienia wychowania fizycznego



WARSZAWA — 1928

Cele i środki wychowania fizycznego.

Data 10 listopada 1926 r. bezpośrednio sąsiadująca z wielką rocznicą wypędzenia okupantów ze stolicy Polski, — przyniosła nam oświadczenie trzech ministrów w sprawie wychowania fizycznego. Są to ministrowie: pan Marszałek Piłsudski — minister spraw wojskowych, p. K. Bartel jako minister Oświecenia Publicznego i generał Składkowski jako minister spraw wewnętrznych. Trzej wymienieni ministrowie ogłosili uchwałę uznającą wychowanie fizyczne za sprawę wagi pierwszorzędnej dla Państwa, zapowiadającą rychłe wniesienie do Sejmu projektu ustawy o powszechnem wychowaniu fizycznym i o pomocy państwowej dla tych stowarzyszeń, które pracują na polu kultury fizycznej.

Pierwszy to raz w Polsce odrodzonej padły oficjalne słowa o tem, że sprawa wychowania fizycznego ma być traktowana narówni z innymi sprawami wagi państwowej. Radość ogarnęła te sfery, które od szeregu lat pracują nad rozpowszechnieniem ćwiczeń ruchowych i krzewią sport; ucieszy się młodzież, gdyż oświadczenie dostojników państwowych obiecuje jej możliwość oddawania się zabawom i ćwiczeniom właściwym i koniecznym dla jej wieku.

Chwila więc jest nader odpowiednia do zastanowienia się nad celami wychowania fizycznego

i nad środkami, za których pomocą można te cele osiągnąć.

Sprawa jest bardzo prosta, gdy chodzi o jednostkę. Ale i tu wypadnie odróżnić to co myśli i czuje młodzieniec pragnący ćwiczyć, od tego co myśli światły wychowawca młodzieży.

Młody człowiek idzie do sportu, bo znajduje tam rozrywkę, która go porywa i daje ujście dla ambicji. Czasem pragnie być silnym fizycznie, czasem chce poprawić swoją budowę cielesną, czasem wreszcie gustuje w towarzystwie kolegów — sportowców. W każdym razie dla niego cel ćwiczeń to zaspokojenie ochoty do nich. A środki? Każdy dobry, aby dał zadowolenie.

Inaczej określa nam cele wychowania fizycznego wychowawca. Od niego dowiemy się, że wychowanie fizyczne współdziała z wychowaniem wogóle. Wpływ ćwiczeń fizycznych nie ogranicza się rozwinięciem mięśni, wytrzymałości oraz zręczności, ale sięga głębiej t. j. do usposobienia, charakteru i umysłu.

Jeżeli wychowanie wogóle, ma nietylko uczyć wiadomości pożytecznych, ale też zapewnić zdrowie, odporność na choroby i zmęczenie, sprawność ruchową, pogodę życiową, zmysł praktyczności w życiu, zdolność do inicjatywy i energję w dążeniu do celów, — to nie może się obyć bez tego co obejmujemy nazwą **wychowanie fizyczne**.

Fizycznym nazywamy je dlatego, że stosujemy tu czynniki fizyczne, a mianowicie wpływ powietrza i słońca wprost na skórę, podobnież wpływ wody (kąpiele słoneczne, powietrzne, wodne; gimnastyka nago lub w stroju możliwie ograniczonym i przewiewnym). Są to wszak czynniki fizykalne. Również fizykalnym czynnikiem jest ruch.

Trzy są rodzaje pobudek do poruszania się: potrzeby życiowe, zabawa i rozumowanie.

Skupianie się ludności na małej stosunkowo przestrzeni w miastach, rozwój środków komunikacyjnych i maszyn do pracy sprawiają, że w dzisiejszych czasach nie potrzeba ani wiele chodzić, ani wiele ręcznej pracy wykonywać. Ludzie pracują najwięcej głową i to nietylko w zawodach t. zw. inteligentkich, a dlatego możemy powiedzieć, że na ogół potrzeby życiowe człowieka współczesnego dają mu niewiele sposobności do ruchu, zaś ten ruch, który w niektórych zawodach jak np. rolnika jest ściśle związany z jego zajęciem — jest niestety bardzo jednostronny i monotony.

Drugim czynnikiem pobudzającym do ruchu i czynu mięśniowego jest chęć zabawy. Jedni tańczą, drudzy grają w piłkę, trzeci się biją między sobą. Wszyscy dają upust potrzebie ruchu, gdzieś głęboko może w nerwach może w mięśniach odczuwanej. Ze względów wychowawczych ocenimy jedne zabawy wyżej inne niżej. Do tych, które najpożyteczniejszymi się okazały będziemy najgoręcej młodzież zachęcać. Dlatego zachwalamy i popieramy sport. Na tańce patrzymy pobłaźliwie, a potępiamy wszelką awanturniczość i wszelkie bijatyki wynikające z popędliwości i złościwości.

Wreszcie znamy zajęcia, ćwiczenia ruchowe, które wymyślamy, układamy w specjalne szeregi według ich wpływu na organizm i jego sprawność. Wykonywanie takich ćwiczeń nazywamy gimnastykowaniem się. Tu potrzebna jest duża dokładność w wykonywaniu każdego ćwiczenia tak jak ono jest opisane, bo tylko wtedy jest ono prawdziwie skuteczne. Do gimnastyki nie popycha nas wcale praktyczna doraźna potrzeba życiowa. Stosunkowo mało skłania nas do niej przyrodzony popęd ruchowy, gdyż jest wiele ćwiczeń bardziej wesołych i przez to bardziej pociągających młodzież. Ale za gimnastyką przemawia rozumowanie, oparte na

znajomości natury ludzkiej, budowy ciała, na zbadaniu wpływu różnych ruchów na rozwój formy cielesnej i na sprawność ustroju,

A więc z punktu widzenia wychowawcy celem ćwiczeń ruchowych odbywających się wśród najlepszych warunków fizykalnych, t. j. na powietrzu, w słońcu, z kąpielą, przy dobrem odżywianiu i należyтым wypoczynku będzie:

- 1) rozwinięcie ciała i jego czynności,
- 2) umiejętność korzystania z siły cielesnej,
- 3) energja duchowa,
- 4) uspołecznienie t. j. nauczenie się współżycia z towarzyszami w ramach organizacji sportowej.

Widzimy zatem, że cele te są nader obszerne i nie można nazwać ich jedynie celami samego wychowania fizycznego, gdyż są one również dobrze i celami wychowawczemi wogóle.

Natomiast do urzeczywistnienia tych celów konieczne jest właśnie wychowanie fizyczne ze wszystkimi zajęciami, które wpływają bądź z pewnych konieczności życiowych, bądź z wrodzonego młodości popędu, bądź z rozumowania starszych ludzi obdarzonych wiedzą specjalną w zakresie działania ćwiczeń na ustrój ludzki.

Pozostawałoby omówić teraz punkt widzenia już nie żadnego zabawy i łaknącego zwycięstw sportowych młodzieńca, już nie trzeźwego i rozumującego wychowawcy, który każe nam wykonywać czasem trochę nudne ćwiczenia oddechowe i wyprostne, ale punkt widzenia męża stanu. ten punkt widzenia, który podyktował uchwałę omówioną na początku tego artykułu, panu prezesowi rządu, wiceprezesowi i zarazem ministrowi oświecenia oraz ministrowi spraw wewnętrznych.

Zainteresowanie sprawami tężyzny cielesnej i rekordami woli ujawnionemi za pomocą czynności

fizycznych wzrosło ogromnie od czasu wielkiej wojny. Przedtem poza kilku krajami, gdzie uważano wychowanie fizyczne za jedno z poważnych zadań państwowo-społecznych, w innych działały tylko jednostki jako propagatorzy i kierownicy. Bieg tej sprawy pozostawiono instynktom i temperamentom młodzieży.

Wojna sprawiła w tym względzie przełom. Nauki jej były tak dobitne, że przemówiły do rozumów i sumień społecznych.

Przedewszystkiem wymowne były dane urzędów poborowych co do zdatności mężczyzn w wieku dojrzałym do pracy i wojny. Z monografji amerykańskiej p. t. „**Defects found in drafted Men**“ wynika, że między ósmnastym i trzydziestym rokiem życia 47% badanych posiadało różne braki, z których conajmniej połowa musiała działać niekorzystnie na sprawność zawodową w życiu cywilnem. Niezdatnych zupełnie oblicza wspomniana książka na 35%. Powtórzmy raz jeszcze, że chodzi tu o mężczyzn stosunkowo młodych, bo przed 30 rokiem życia. Gdybyśmy sięgnęli do starszych to stosunki przedstawiałyby się jeszcze więcej niepokojąco.

Rozpatrzenie przyczyn owej niezdolności do służby wojskowej nasuwa wnioski nie mniej uderzające. Ograniczę się podaniem, że wielką odsetkę niezdolności powodują wady i cierpienia kości oraz stawów (26%), narządów zmysłów (15), serca (13), gruźlica (10), niedorozwój fizyczny (8). Amerykańscy autorowie obliczają, że w 75 conajmniej procentach niezdolności do słu. wojskowej mogłoby jej niebyć, gdyby wiek dziecięcy i młodzieńczy był otoczony należyłą opieką higjeniczną, gdyby różne wady i niedomagania cielesne leczono wcześniej, nie dopuszczając do wystąpienia trwałych uszczerbków w budowie i funkcji, oraz gdyby zrobiono

wszystko, co można było, dla rozwinięcia sił młodych ustrojów. To mówiły cyfry amerykańskie. Sięgnijmy do pracowitych zestawień czynionych w ministerstwie Ośw. Publ. przez d-ra St. Kopczyńskiego, a powiedzą one w przybliżeniu to samo. Odżywianie złe, powiększenie gruczołów chłonnych, różne deformacje kośćca, krzywica, próchnica zębów, wady i cierpienia nosa, uszu, oto czynniki, które psują nam rekrutów. Nic więc dziwnego, że do higienisty i społecznika, którzy mają na widoku szczęście jednostek i społeczeństwa, że do ekonomisty, który bada siłę zbiorowej wytwórczości kraju — przyłącza się oficer sztabu generalnego i razem z tamtymi uwagę swą kieruje do źródła zmniejszającego ludzkie zapasy mobilizacyjne — a w interesie obronności państwa żąda jak tamci, aby zło opanować, ograniczyć.

Drugą nauką wojny było stwierdzenie, zapewne nie poraz pierwszy, że przeciętny obywatel pociągany w pole jest wręcz niedołężny. Znow dzięki kolejnym mobilizacjom, sięgającym w górę i w dół od wieku obarczanego dawniej powinnością wojskową — niedołęstwo to wystąpiło w całej swej okazałości i to nawet w krajach, o których mieliśmy lepsze w tym względzie wyobrażenie. Większość świeżo upieczonych żołnierzy stała się w próbach sprawności fizycznej: w skoku, szybkim biegu, rzucie i t. p. poniżej tego, co potrafi dokonać chłopiec czternastoletni w szkole nowoczesnej. Również nisko stała ich zdolność do orjentowania się w terenie i wytrzymałość nerwowa na trudy i udręki wojny.

Trzecia wreszcie nauka wielkiej wojny. Stwierdzono, że zabawy ruchowe, gry i zawody sportowe stanowią środek wychowawczy nader szybko działający, a nawet środek rekreacyjny niezwykle skuteczny dla przywracania świeżości nerwowej, odbu-

dowywania energii i dobrego humoru w oddziałach silnie przetrzebionych i znużonych długotrwałą walką. Oddział wycofany z linii boju w tył na odpoczynek potrzebuje: snu, jedzenia i piłek — oraz innych przyborów sportowych.

Nauki, które wyliczyłem, znalazły posłuch i u nas. Nie odrazu powszechny. W każdym razie niechaj wolno mi będzie stwierdzić nie bez pewnej satysfakcji, że gdy w innych środowiskach działały na rzecz kultury fizycznej jednostki tylko, to nasz korpus oficerski, rzecz można cały i odrazu stał się propagatorem wychowania fizycznego.

Kultura energii ludzkiej.

System wychowania naszej młodzieży uległ w ciągu ostatnich kilku lat radykalnej zmianie. Zmiana ta odbywała się stopniowo i poszczególne jej fazy nie dla wszystkich rysowały się dość wyraźnie. Dzisiaj możemy uważać za fakt dokonany upowszechnienie się nowego poglądu na cele wychowania publicznego.

Możemy nawet mówić o nowym ideale wychowawczym. Słusznie bowiem twierdzą, że każda epoka mająca swoje własne cechy dziejowe potrzebuje odpowiednich ludzi. Tych odpowiednich ludzi daje system wychowania.

Szukając cech charakterystycznych naszej epoki, którą liczyć musimy od rekonstrukcji Państwa Polskiego, — zauważymy bez trudu, że znamiennej cechą jest uspołecznienie każdej jednostki, wprężenie jej do tego wielce złożonego mechanizmu, którą stanowi zbiorowość państwową. Dziś nikt nie chodzi samopas, nie działa na swoją wyłącznie rękę, ale jest związany z innymi, choć mimo to nie traci swej wartości jednostkowej, indywidualnej; raczej nawet nabiera ceny jako konieczne kółecz-

ko w skomplikowanej maszynie. Jeśli kółeczko funkcjonuje dobrze, to cała maszyna idzie gładko; jeśli kółeczko niedomaga, musi się to odbić na czynności maszyny.

Zdrowie poszczególnego obywatela, jego energia, zdolność do pracy — to nie są rzeczy prywatne, obojętne dla ogółu, tak samo jak nie jest dlań obojętną sprawą wykształcenia zawodowego lub uświadomienia obywatelskiego.

Każdy jest powołany do spełnienia pewnej pracy, której wartość daje się w przybliżeniu ocenić na pieniądze. Na tem oparte są obliczenia higieny społecznej, która wykazuje naocznie wysokość strat, jakie ponosi gospodarstwo krajowe wskutek chorób i niedomagań fizycznych osób pracujących. Do zapobiegania chorobom i celem jaknajszybszego przywracania zdolności do pracy powołane są różne urządzenia sanitarne. Ich budowa, urządzenie i utrzymywanie kosztuje, ale wielokrotnie się opłaca, gdyż dzięki tym właśnie urządzeniom udaje się zmniejszyć w nader wybitnej mierze straty ekonomiczne powstające wskutek chorób.

Nie trudno zdać sobie sprawę, że tak jak stratę w majątku państwowym stanowi przerwanie pracy z powodu zupełnej niezdolności do jej wykonywania — tak samo musi się odbić na pomysłności gospodarczej kraju stopień energii, z jaką każdy obywatel wykonywa swe codzienne obowiązki, a także i przedsiębiorczość na różnych polach działalności ludzkiej: czy to będzie wynalazczość, czy umiejętne organizowanie pracy zbiorowej, zdolność do kierowania podwładnymi i t. p.

Nader ważna jest także z gospodarczego punktu widzenia sprawa długowieczności, przyczem chodzi nie o to tylko, abyśmy wogóle dożywali późnych lat, ale żeby zachowywać długo, nawet

w późnym wieku zdolność do pracy pożytecznej dla ogółu.

Z powyższych rozumowań wypływa znaczenie już nie tylko zdrowia samego, ale kultury energii ludzkiej dla gospodarstwa państwowego.

Ostatnie dziesiątki lat przyniosły nam wiele wynalazków, które przeobraziły układ życia zbiorowego i stworzyły nowe warunki bytowania dla jednostek. W tych nowych warunkach pracuje się coraz więcej umysłem i nerwami. Z tego wynikają dwa następstwa. Po pierwsze większość obywateli została przykuta do warsztatów pracy, ruchy ich fizyczne zostały ograniczone do minimum i to nawet wtedy, gdy przenoszą się z miejsca na miejsce na wielkie przestrzenie. Spójrzmy na automobilistę, lotnika, lub choćby na sternika okrętu, czy prowadzącego pociąg. Wysiłek ich mięśniowy jest minimalny, nie wiele większy od wysiłku pracownika w laboratorium, czy w biurze handlowem. Postęp techniczny ograniczył naszą potrzebę wykonywania wysiłków mięśniowych. I to już musi się odbić zarówno na zdrowiu jak na całym usposobieniu duchowym człowieka, który nadmiernie zużywa nerwy bez równoważącej to zużycie pracy mięśniowej. Rezultatem jest przedwczesne wyczerpanie nerwowe, ten bicz ludności miast i przekleństwo szeregu zawodów.

Praktyka dowodzi, że najlepszym lekarstwem na neurastenję, czyniącą ludzi przedwczesnymi inwalidami jest uprawianie ćwiczeń fizycznych, zmiana wrażeń, zetknięcie się z naturą. Ktoś powiedział bardzo rozumnie, że ludzie nie dlatego przestają się bawić, że się starzeją, ale dlatego się starzeją, że zaprzestają się bawić.

Drugim następstwem życia umysłem i nerwami jest jednostronny kult wykształcenia umysłu w wychowaniu publicznem. Do niedawna wielu,

aż nazbyt wielu pedagogów uważało, że zadaniem szkoły jest dać tylko jaknajwięcej wiadomości książkowych. Zapominano, że zetknięcie z życiem daje rozum praktyczny i umiejętność zużytkowania wiadomości, które inaczej jak gdyby wiszą w powietrzu nie mając oparcia w realnych warunkach życiowych.

Wspomniałem wyżej, iż życie dzisiaj toczy się pod hasłem organizacji sił ludzkich. Do wejścia w to życie trzeba też młodzież przygotowywać ale sama nauka szkolna do tego nie wystarczy. Młodzież winna doświadczyć na sobie, czym jest organizacja ludzka, a do tego nader wiele sposobności dają ćwiczenia gimnastyczne i sportowe, a już szczególnie gry zespołowe, które w krajach anglosaskich nazywają wręcz szkołą życia zbiorowego, gdyż wyrabiają one poczucie solidarności, uczą podziału pracy, zaznajamiają z pojęciem specjalizacji, dyscypliną działania zbiorowego, zmuszają do poszanowania przepisów i posłuszeństwa dla kierowników i sędziów, a ponadto zaprawiają wielu młodych ludzi do przewodzenia innym.

Tak więc ćwiczenia fizyczne w swych najrozmaitszych postaciach są środkiem do wychowania młodzieży niezbędnym obok metod szkolnych dotychczasowych. A skutki ich dla tężyzny fizycznej i moralnej, dla wyrobienia społecznego są nader cenne i to przede wszystkim z gospodarczego punktu widzenia, mianowicie dla podniesienia powszechnej zdolności do pracy twórczej i wytwórczej. Ten punkt widzenia dlatego tu właśnie został podkreślony, aby podnieść, że wydatki czynione w celu stworzenia warunków umożliwiających wykonywanie ćwiczeń są wydatkiem inwestycyjnym, co znaczy, że pieniądz wyłożony na budowę boisk, hal gimnastycznych i t. p. urządzeń — nie jest wydatkiem luksusowym, ale ma ten sam charakter co wydatek na budowę szkół i innych zakładów uży-

teczności publicznej, których działanie obiecuje nam przyrost energii pracowników i pomnożenia bogactwa państwowego.

Obok przygotowania kierowników wykwalifikowanych do prowadzenia ćwiczeń ruchowych — budowanie urzędów i terenów dla celów wychowania fizycznego i sportu — oto pilne zadanie społeczne, które do serca powinny wziąć władze samorządowe za przykładem Rządu.

Wojna przypomina narodom zagadnienie wychowania fizycznego młodzieży.

Wojna nowoczesna jest próbą nietylko dla armji jako takiej, ale dla całego społeczeństwa, z łona którego armja wychodzi do boju. Najlepiej dowiodła tego wojna ostatnia, która w oczach naszych się rozegrała. Wszystkie państwa, które w wojnie uczestniczyły, musiały powołać do szeregów wszystkich mężczyzn zdolnych do noszenia broni. Zresztą na próbę wytrzymałości fizycznej i moralnej wystawieni byli nietylko żołnierze. Mobilizacja przemysłu, nadmierna praca padająca na barki tych co pozostali „w domu” nie oszczędziła ani kobiet ani dzieci ani starców, bo musieli oni pracować za tych i na tych, którzy odbiegli warsztatów pracy, aby walczyć orężnie. Jedni więc, wystawieni na niebezpieczeństwa i trudy wojenne, drudzy narażeni na niedostatek i troski — wszyscy oni tem łatwiej mogli osobiście przejść pomyślnie poprzez ciężkie czasy a jednocześnie przyczynić się do zwycięstwa i obowiązek względem ojczyzny spełnić, im dzielniejsi byli fizycznie i moralnie.

Że dla każdego człowieka zdrowie, tężyzna fizyczna oraz posiadanie charakteru, są to skarby gwarantujące szczęście osobiste i pożyteczność dla kraju — rzecz oczywista. Czasy jednak niepokoju

powszechnego — wojen — zwracają nam uwagę na to zjawisko nie pod kątem widzenia interesu i pomysłowości jednostki, ale już pod kątem widzenia bezpieczeństwa państwa.

Dlatego też zrozumiałe jest, że wielkie wojny, które prowadziły z konieczności do wyniszczenia ludności, prowadziły w następstwie do wzmożenia się w społeczeństwach zainteresowania kwestją wychowania fizycznego młodzieży a to w słusznym zrozumieniu, że ono właśnie jest tym środkiem, za pomocą którego można ludność uczynić zdrową, zdolną do bronienia ojczyzny i zwyciężania. Tak powstał w Niemczech po przejściu burzy napoleońskiej pęd do odrodzenia fizycznego zapoczątkowany przez Jahna, tak po wojnie secesyjnej w Ameryce rozpoczęto na wielką skalę pracę społeczną nad podniesieniem kultury fizycznej młodzieży amerykańskiej, w Anglii po wojnie burskiej powstał je skauting. Ostatnia wielka wojna, jak to już wiadać dowodnie, wywarła wpływ olbrzymi na zwiększenie społecznej troski o wychowanie fizyczne młodzieży we Francji, która rozumie, że chcąc utrwalić zwycięstwo trzeba korzystać z doświadczeń wojny. A wszakże jednym z największych doświadczeń wojennych było to, iż cywilna Ameryka potrafiła w krótkim czasie ze swej wysportowanej młodzieży stworzyć wielką i bezprzecznie dobrą armję.

Próbie wojennej i myśmy podlegali w ciągu wojny europejskiej. A już najtrudniejszy egzamin z tężyzny fizycznej i moralnej wypadło nam zdawać w lecie roku 1920. Zwycięstwo osiągnięte, a szczególnie okoliczności, w jakich zostało ono osiągnięte, niechaj nas nie upaja, ale raczej niechaj upowszechni się świadomość, że bezpieczeństwo odrodzonej ojczyzny oprzeć się musi na powszechnej zdolności do podźwignięcia broni, na powszechnej

ofiarności patryjotycznej. Dobra organizacja wojska, dobre wyposażenie go w broń i środki techniczne to jeszcze zamało do stworzenia siły zbrojnej. Podwaliną jej jest i będzie zawsze człowiek, jego sprawność oraz wytrzymałość fizyczna i duchowa.

Każdy Polak pragnie zachowania całości i niepodległości Polski. Niechajże wie, że bezpieczeństwo ojczyzny zależy od tego, jakim będzie wychowanie młodzieży w Polsce i czy w wychowaniu uwzględnione będzie należycie wychowanie fizyczne.

Jak wygrać pokój.

Marszałek Piłsudski jako Naczelnik Państwa powiedział „wygraliśmy wojnę, teraz musimy wygrać pokój”. Czyli: musimy zorganizować życie kulturalne i gospodarcze, tak, aby życie zbiorowe w Polsce było szczęśliwe, abyśmy, jako państwo dobrze zagospodarowane, zamożne, oświecone godnie stanęli obok innych państw. Jakże można to osiągnąć? Tylko pracą wszystkich obywateli. Jak w tworzeniu potęgi militarnej decydującym czynnikiem jest sprawność i tężyzna przeciętnego obywatela — tak też na tworzenie dobrobytu państwa i jego wartości kulturalnej wpływ stanowczy ma zbiorowa sprawność społeczeństwa, na którą znów składa się sprawność poszczególnych ludzi. Chodzi o to, aby oni mogli i umieli pracować wydajnie. Aby nie byli nieużytecznymi lub co gorsza, ciężarem dla swych rodzin i społeczeństwa. Na to żeby móc pracować trzeba być zdrowym; aby umieć pracować produkcyjnie — trzeba się tego nauczyć. Wartość społeczną zdrowia oceniono należycie czyniąc higienę publiczną jedną z najważniejszych funkcji społecznych. Rozwój wielkich ośrodków przemysłowych — wielkich skupień proletariatu —

dawał możność obserwowania zgubnych tego następstw: szerzenia się ostrych chorób zakaźnych, gruźlicy, alkoholizmu, chorób wenerycznych i t. p. Tymczasem postęp nauk lekarskich wykazał, że społeczne zarządzenia sanitarne są w możności wybitnie wpływać na stan zdrowotności publicznej obniżając cyfrę chorób i śmierci przedwczesnych. Szczepienia ochronne, urządzenia higieniczne, prawodawstwo biorące w opiekę rzesze robotnicze, — wszystko to przyczyniło się niewątpliwie do ochrony zdrowia poszczególnych obywateli. A ekonomiści wyrachowali dokładnie na pieniądze, franki lub marki ile jest warte życie człowieka i jego praca. Dalej obliczyli na pieniądze, ile dane miasto, czy dany obwód kraju traci rocznie wskutek śmierci przedwczesnej i chorób wydarzających się wśród ludności a zato ile zyskuje na poprawie stosunków zdrowotnych będących następstwem zarządzeń higienicznych. W ten sposób udowodniono cyfrowo korzyści, jakie daje wydatkowanie pieniędzy na inwestycje sanitarne. Korzyści były oczywiste, tak bijące w oczy, że uwaga lekarzy, higienistów i działaczy społecznych poszła całkowicie w kierunku sanitarnym. Wypowiedziano walkę chorobom, — zaniedbano zato człowieka zdrowego. Czyniąc godne pochwały wysiłki, aby zachować człowieka przy zdrowiu, a tem samem przy zdolności do pracy, nie dość pamiętano o tem, że i owa zdolność do pracy nawet u zdrowego może być mniejsza lub większa w zależności od tego czy ją kształcono czy nie. Że zdolność do pracy wytrwałej i produktywnej nietylko od stanu zdrowia zawisła, ale od różnych władz i właściwości zarówno fizycznych jak duchowych. A jedne i drugie dają się rozwijać.

Ochrona człowieka jako warsztatu energii społecznej odbywa się dzisiaj już nietylko z pobu-

Parter (ogrodzenie)

bieżnie miejsce stojące dla widzów ew. miejsce na lawki

bieżnie 4-rotorowa, szeroka na 5m

Zak. bieżni (1/4 Koła)
wsp. bieżni
miejsc 2x4x2

miejsce na boisko dla piłki siatkowej i koszykowej

bramka

Boisko dla piłki nożnej o wymiarach

100 x 65m

Północnie lub Zachód (Pół. - Zachód)

rozbieg do stołu w dół i w górę

bieżnia rozbiegowa skoczny do stołu w dół i w górę

bieżnia przesłona bieżnia szer. na 20m długość na 120m do biegnąc na 70m x 110m z płaskim

barjera otaczająca bieżnię

trybuna długość na 50m szerokość - 4m, walcowa

Parter (ogrodzenie) całego boiska, którego wymiary wynoszą: 160 x 140 m.

PLAN BOISKA ATLETYCZNEGO.

dek humanitarnych ale wręcz w poczuciu interesu zbiorowego. Z tego samego stanowiska należy wyjść, aby podnieść ogólną produkcję energii i podnieść, ulepszyć użytkowanie tej energii.

Jeśli ograniczymy się na działaniu zapobiegawczym, a zaniechamy środków kształcących i rozwijających, któremi rozporządza nauka wychowania fizycznego — to będziemy podobni do ogrodnika, któryby uważał, że otoczywszy swój ogród parkanem i obrawszy drzewa z liszek, uczynił dość aby osiągnąć owoce, i że już ani ziemi nawozić, ani zwilżać ani szczepić nie potrzebuje.

Zdrowie i oświata, to dziś powszechnie rozumiane dźwignie szczęśliwości i postępu społecznego. To też państwo łoży na higienę i naukę. A jednak ani dla zdrowia ani dla oświecenia nie robi się tego wszystkiego co zrobić można — jeżeli nie uwzględni się w wychowaniu tego czynnika, który nosi skromną nazwę, ćwiczeń, gier i zabaw ruchowych.

Ani higiena, ani oświata nie są celami społecznymi tylko środkami. Celem jest jaknajwydatniejsze zużytkowanie energii społecznej. Pierwej nim użytkować, trzeba tę energję wytworzyć. Wytwarza ją człowiek. Z energii poszczególnych obywateli zbiera się energja społeczna.

Ze stanowiska zatem społecznego pożądanem jest:

1. aby ludność państwa była jaknajliczniejsza,
2. aby każdy obywatel żył i pracował jaknajdłużej,
3. aby życie było czerstwe nie przerywane chorobami,
4. aby umiano pracować.

Jeżeli to wszystko jest pożądane, to trzeba się starać wymienione cele osiągnąć. A do tego trzeba poznać wszystkie środki wychowawcze i spo-



łeczne. A wśród nich środkiem w Polsce zupełnie jeszcze niewykorzystanym nawet niemal nie używanym jest wychowanie fizyczne wogóle, a już w szczególności zabawy i gry ruchowe, oraz sporty.

Wartość ćwiczeń ruchowych w wychowaniu.

Ćwiczenia ruchowe są częścią wychowania fizycznego. I częścią tyleż ważną co niedocenioną w naszym systemie wychowawczym. Zdaje się że przyczyniło się do tego nieporozumienie terminologiczne. Rozumiano bowiem, że wychowanie fizyczne dotyczy tylko strony cielesnej człowieka, a tę stronę cielesną identyfikowano ze zdrowiem. Zepchnięto więc całą troskę, o zdrowie, dobrą budowę i o sprawność fizyczną na barki medycyny, która zarówno w lecznictwie jak w higienie społecznej zajęła się chorym i chorobą, a nie rozwijaniem zdrowego i pomnażaniem wydajności energii twórczej podczas gdy pedagogja zajęła się wyłącznie troską o rozwój umysłowy i moralny. Tymczasem o wartości i znaczeniu społecznem ćwiczeń ruchowych stanowić będzie przedewszystkiem fakt, że wychowanie fizyczne oddziaływa za pomocą środków fizycznych na ciało i na ducha. Temi środkami są przedewszystkiem: powietrze, słońce, pożywienie, woda i ruch fizyczny, który choć wymieniony na końcu jest przecie czynnikiem decydującym o wykorzystaniu pierwszych na pożytek rozwijającego się człowieka.

Ale o tem mało kto z pedagogów wie. Nie dziwmy się więc działaczom państwowym i komunalnym, że w sprawach dotyczących wychowania publicznego wiedzą mniej albo przynajmniej tyleż co zawodowi pedagogzy. Nie dziwmy się — ale postarajmy się przekonać ich, że ćwiczenia ruchowe to nie rozrywka pusta, którą pobłażliwie wy-

baczyć trzeba płochę młodzieży, że to nie tylko rzecz pożyteczna dla trawienia. ale że jest to konieczność życiowa dla społeczeństwa, które chce być zamożnym i bezpiecznym.

Niezrozumiałem wprost jest owo niedocenia-
nie wpływu ćwiczeń ruchowych na człowieka wo-
bec tego, co każdy z nas dostrzega patrząc na dwóch
ludzi z których jeden uprawia gorliwie zabawy rucho-
we i sport, a drugi ma w pogardzie ruch fizyczny
i kiwa się nad biurkiem albo nad stolikiem kawiar-
nianym. Przedewszystkiem co za różnica w bu-
dowie, w wyglądzie, w sposobie trzymania się i po-
ruszania. Potem zapytajcie, jak się każdy z nich
czuje: gdy jeden będzie się uskarżał na bezsenność,
złe trawienie i znużenie życiem — drugi będzie się
czuł wyśmienicie, a radość życia będzie zeń tryska-
ła. A dalej jeszcze przyjrzyjcie się tym ludziom
w pracy, w obcowaniu zawodowym i towarzyskiem—
a za każdym spojrzeniem dostrzeżecie różnicę mó-
wiącą głośno na korzyść uprawiania ćwiczeń fi-
zycznych.

Popęd do zabawy ruchowej jest wrodzony
i stanowi czynnik rozwojowy nie tylko pod wzglę-
dem fizjologicznym ale i psychologicznym. Zaba-
wa, która u dziecka małego polega na mało skom-
plikowanych ruchach, wraz z rozwojem środków
nerwowych, koordynacji, intelektu i poczucia nale-
żenia do gromady staje się coraz bardziej skompli-
kowaną. Ruchliwość przeobraża się w zabawę
wspólną, ta zaś staje się grą ruchową, aż wreszcie
dojrzałość fizyczna i umysłowa szuka w czynnościach
psychofizycznych doskonałości i zabawa pierwotna
staje się sportem, który w doskonaleniu form ruchu
posiłkuje się wszelkimi zdobyczami wiedzy tech-
nicznej.

Prawda, że od zabawy dziecka do sportu mło-
dzieży i dorosłych przeskok olbrzymi, mimo to jed-

nak oba te niepodobne do siebie zjawiska są wyrazem jednego i tego samego instynktu, który popycha człowieka małego czy dużego do rozwijania się i doskonalenia fizycznego i duchowego, czasem u starszych do utrzymania już osiągniętej sprawności.

Rozpatrzmy po kolei wpływ zabawy ruchowej na zdrowie, sprawność cielesną na rozwój i stan umysłu oraz na urabianie się charakteru.

Cwiczenia ruchowe kształcą czynności życiowe organizmu.

Przedewszystkiem czynność oddechową i krążenie krwi oraz stosunek wzajemny układu nerwowego i organów wykonawczych funkcji życiowych. Z osiągniętej dzięki temu harmonii między układem nerwowym, narządami życiowymi i aparatem ruchu wynika sprawność cielesna. W ten sposób, gdy warunki anatomiczne organizmu (dobra budowa) reprezentują pewien kapitał energii ludzkiej, warunki fizjologiczne tegoż organizmu, czyli dynamika życia indywidualnego, zdolność do wysiłków, odporność na przeszkody, wpływy szkodliwe — gwarantują nam sprawność cielesną, a więc racjonalną tej energii eksploatację.

Życie zdrowo jest wszak jednoznaczne z życiem pożytecznie. Każdy więc zdrowy człowiek musi żyć jaknajdłużej. Kwestja długowieczności jest ważna zarówno z osobniczego jak społecznego punktu widzenia. To też nie jedną książkę już poświęcono temu zagadnieniu. Wielu fizjologów i biologów starało się określić normę długowieczności ludzkiej. Trudne to zadanie do rozwiązania ścisłego. Materiał nagromadzony upoważnia nas jednak do wniosku, że człowiek bytujący w przyjaznych warunkach może żyć w czerstwym zdrowiu mniejwię-

cej lat osmdziesiąt i nie brak nam przykładów, że starcy odznaczali się twórczością wybitną lub talentem. Archimedes mając lat 75 poczynił swoje wiekopomne odkrycia w dziedzinie fizyki światła. 80-letni Platon jeszcze układał słynne swe dialogi. Michał Anioł i Tycjan jako starcy liczący z górą lat 90 malowali arcydzieła barw i kształtów. Cóż więc dziwnego, że ludzkość szuka środków na przedłużenie życia i zachowanie młodości i gotowa jest nie tylko przepłacać za bezwartościowe oczywiście eliksiry życia i napoje młodość dające starcom, ale nawet za przykładem Fausta chętnie by duszę zaprzędali diabłu za środek na odmłodzenie i przedłużenia żywota. Nauka nowoczesna również dała pociągnąć się na tę drogę. Dość wspomnieć nadzieje starców zgrzybiałych i różnych przedwcześnie postarzałych neurasteników obudzone przez metodę organoterapii. Zazwyczaj nadzieje obudzone tam zostają choć w części zaspokojone, gdzie sugestywność lub łatwowierność zapewnia skutek wszelkim lekarstwom. Inaczej być nie może, poprostu dlatego, że zdrowie i sprawność wieku dojrzałego zależy od tego jakim było dzieciństwo i młodość. Starość zaś bywa taką, na jaką sobie każdy swem życiem zasłuży.

Bardzo interesujące we względzie omawianym spostrzeżenie uczynili zoologowie. Mianowicie, że długowieczność zwierząt znajduje się w prostym stosunku do długości okresu młodości. Im ta ostatnia dłużej trwa — tem dłuższe życie. Zapewne podobne prawo rządzi żywotem ludzkim. Tymczasem zaś stoimy wobec faktu, że obecny układ życia w miastach, tryb pracy szkolnej wszystko to prowadzi do przedwczesnego dojrzewania młodzieży, czego fizjologiczne cechy stale, a patologiczne objawy aż nazbyt często konstatają lekarze.

Więc niema środka na konserwację młodości i na przedłużenie życia? Otóż właśnie że jest i to zupełnie naturalny. Tym środkiem są zabawy ruchowe i sport. Czynności te budzą w człowieku radość życia. U dziecka wstępującego w życie są one wstępem do umiejętności życia. U dorosłych są jakgdyby kąpaniem się w krynicy przeszłości biologicznej, w której czynności ruchowe były treścią i głównym sensem życia, tak jak są w okresie dzieciństwa osobniczego.

Anglicy, naród o przysłowiowej energii w pracy, — jednocześnie mają owe „świerzbienie mięśni”, które popycha ich do sportu. Ale też tam nikogo nie dziwi, że minister Balfour, gdy jedzie do Ameryki aby konferować z ministrem Lansingem o wspólnem prowadzeniu wojny przeciw Niemcom zaczyna od partji golfa. I to zarówno w Anglii jak w Ameryce jest tak samo naturalne jak u nas zaczynanie lub kończenie poważnych narad przy stole biesiadnym.

Wpływ wesołości, pogodnego usposobienia, równowagi uczuciowej i — woli na stan zdrowia, a w następstwie nawet na długowieczność dobrze jest znany lekarzom cierpien nerwowych. Niechajże ci skwaszeni zgryźliwcy, z życia i z ludzi niezadowoleni — wszyscy wreszcie neurastenicy niechaj idą popatrzeć jak młodzież zabawia się na jordanówkach i na boiskach sportowych — a stamtąd powrócą zdrowsi, silniejsi — bo zarażeni ową atmosferą wesołości i tężyzny, jaka promienieje od młodzieży.

A więc ustaliliśmy, że ćwiczenia fizyczne mogą obdarzać nas zdrowiem, sprawnością fizyczną — oraz żywotnością, czyli werwą życiową. Pod względem społecznym oznacza to **podniesienie produkcji energii.**

Ćwiczenia fizyczne wpływają na rozwój umysłowy tych którzy je uprawiają, przez zetknięcie ich ze światem fizycznym, światem możliwości rzeczywistych, z prawami fizycznymi z naturą, przestrzenią, wymiarami i określeniami. Pierwsze doznania dziecka, którego umysł oczekuje rozbudzenia, to doznania mięśniowe. Za pomocą ruchu i zmysłu mięśniowego wytwarzają się podstawowe pojęcia o wadze i odległości. Rola ruchu w budowaniu intelektu stanowczo nie jest jeszcze wykorzystana przez pedagogję. A przecież kardynalne podstawy myślenia i sądu to: obserwacja, uwaga i wnioskowanie. A za pomocą jakiej metody łatwiej będzie nam młodociane umysły wdroić do tych elementarnych funkcji umysłowych — jeśli nie zapomocą ćwiczeń ruchowych, gier i sportów? Wszakże zauważyli pedagodzy amerykańscy, że dzieci Indian wychowane na łonie natury odznaczają się większą zdolnością do skupienia uwagi i bystrością sądu niż dzieci rasy t. zw. cywilizowanej. To też ci mali Indianie celują szczególnie w naukach przyrodniczych i w matematyce. Ten kto lubuje się w grach sportowych musi często oceniać i porównywać. Ocenia on położenie, celowość każdego ruchu. Porównywa siły i wyniki — przyczem musi decydować się szybko. Cóż więc dziwnego, że ćwiczy on w sobie zmysł praktyczny — którego tak często brak ludziom, którzy nigdy ćwiczeń fizycznych nie uprawiali. Przypomnę, że w Anglii w zaraniu wielkiego ruchu na rzecz odrodzenia fizycznego wielką rolę odegrało powiedzenie jednego z wybitnych wodzów: nie jestem zadowolony z naszego korpusu oficerskiego. Są to doskonali matematycy, ale nie posiadają dostatecznie wyrobionej umiejętności życia, znać że za młodu nie przykładali się do gier sportowych.

Oczywiście trudno spodziewać się, aby ćwiczenia same przez się stwarzały kulturę umysłową. Wcale tego dowodzić nie chcemy. Za to można z całą stanowczością twierdzić, że hamującego wpływu na rozwój zdolności i wysokich kwalifikacji umysłowych mieć nie mogą. Wprawdzie często obserwujemy ludzi oddających się namiętnie ćwiczeniom atletycznym lub sportowym — a nieinteligentnych. Dało to nawet powód do złośliwej parafrazy znanego powiedzenia „zdrowy duch w zdrowym ciele” na: „w zdrowym ciele — zdrowe ciele”. Aleć takie skutki jednostronności dają się obserwować na obu biegunach: u mózgowców nieudolnych fizycznie i u atletów zaniedbujących kulturę umysłu. Gimnazjum starogreckie umiało połączyć kulturę cielesną z duchową i osiągało wyniki których tylko pozazdrościć możemy. Niema wątpliwości, że zabawy, gry ruchowe i sport budzą zawiązki pewnych władz umysłowych tak jak budzą również pewne właściwości charakteru. Sprawie wychowania fizycznego źle zasłużyli się ci, co chcieli uczynić z ćwiczeń ruchowych przeciw wagę życia umysłowego. W rzeczywistości wspierają one funkcje mózgowe zarówno przez postawienie tego organu myśli w lepsze warunki higieniczne, jak przez wzbogacenie skali i tempa poznań, spostrzeżeń i odczuwań.

Wiedział o tem dobrze nasz J. Śniadecki gdy w początku tak nazwanego później stulecia dziecka pisał:

„Lecz czego, powie mi kto, można dziecięcia nie ucząc nauczyć? bo na to wychodzi mniemane uczenie go przez same zabawy. Bardzo wiele, odpowiem, ale my tej wolnej i najpotrzebniejszej nauki za naukę nie mamy dlatego, że jej nabywamy sami przez się bez mozołu, bez książek i bez bakałarzy. Trzeba, żeby się dzieci uczyły igrając i swawoląc

a do nas należy takimi je tylko rzeczami zajmować, w takie miejsca naprowadzać, gdzie mogą się nauczyć, czego żądamy”.

W dziele kształcenia charakteru uprawianie gier ruchowych i sportów ma doniosłe znaczenie. A więc przedewszystkiem niewątpliwy jest wpływ tych ćwiczeń na temperament, który wyraża się w tem, jak dany człowiek reaguje na wrażenia z zewnątrz: mianowicie jak szybko (reakcja psychofizyczna), jak silnie i jaką jest wytrwałość w reagowaniu. W zajęciach ruchowych wszelkich a już szczególnie w grach i niektórych zajęciach sportowych reakcja psychofizyczna ulega znakomitemu skróceniu; również wytrwałość jest konieczną cechą prawdziwego sportowca. Nie dość bowiem ćwiczyć się gorliwie, aby zdobyć rezultat sportowy wyrażający się cyfrą oznaczającą zwycięstwo drużyny nad drużyną, czy wyczyn sportowy w czasie lub na przestrzeni osiągnięty, ale, chcąc utrzymać się na raz zdobytym poziomie, koniecznem jest pracować wytrwale. Każde zaniedbanie się, każde opuszczenie w pracy — niehybnie przybierze postać przegranej partji lub porażki na zawodach indywidualnych.

Jedną z największych przysług, jakie sport może oddać młodzieży to pohamowanie wybujałości imaginacji i erotyzmu, do czego tak bardzo życie towarzyskie, literatura, teatr, kinematograf i ulica tę młodzież popycha. Ideałem przecie nie jest człowiek sformowany dorosły a pozbawiony zupełnie namiętności. Namiętność bowiem jako zdobywanie się na siłę uczuciową jest objawem zgoła normalnym zarówno u mężczyzn jak u kobiet—ale dojrzałych—nie u dzieci i nie u młodzieży. Popęd do przygód i szukanie rozkoszy w niebezpieczeństwie to są potrzeby psychiczne dość wczesnie zarysowujące się u młodzieży — i nie tępić a na właściwą tylko drogę kierować je trzeba.

Tą właściwą drogą jest właśnie sport, którego to-
nem zasadniczym jest walka, a bronią główną wola.
Walka o zwycięstwo nad przeciwnikiem na boisku,
na torze, walka z przyrodą, walka nawet z samym
sobą, ze swą ociężałością, lenistwem, przyzwycza-
jeniami i nałogami. Sport daje możność skiero-
wania na drogę pożytku namiętności—sport ćwiczy
męstwo. A więc robi to samo, co walka orężna.
Gdy ta jednak nie może często niepokoić ludzkości
a męstwo nie tylko na wojnie jest potrzebne —
grzechem byłoby nie wyzyskać środka takiego, jakim
jest sport do ćwiczenia męstwa.

Dalej, zabawy i gry sportowe mają swe prze-
pisy i prawa, czasem nawet bardzo skompliko-
wane (piłka nożna). Oddawanie się tym zajęciom
wymaga panowania nad sobą, poszanowania dla
praw ustanowionych i posłuchu dla kierownictwa.

W sporcie nie wolno i nie można oszukiwać.
„Fair play” anglików to naczelna zasada sportów.
A kto włoży się do uczciwości w grze na placu
sportowym ten sumiennosc, dokładność, uczciwość
i lojalność wniesie zapewne również na pole swej
pracy zawodowej i publicznej.

Wartość społeczna zabaw ruchowych i sportu.

Wynika ona przedewszystkiem z wpływu wy-
chowawczego tego czynnika na jednostkę. Gdy siła
zarówno pokojowa jak bojowa państwa opiera się
na człowieku przedewszystkiem to oczywiście kwe-
stja wychowania wogóle jest kwestją przyszłości
naszej—a więc musi i wychowanie fizyczne naro-
dowe, „pedagogja sportowa” stać się troską spo-
łeczną. Musimy atoli podnieść jeszcze parę kwestji
dotyczących społecznego znaczenia wychowania
fizycznego — a dotychczas nieporuszonych, któ-
rych rozpatrzenie dopomoże do dania odpo-
wiedzi na zapytanie zamieszczone w tytule tej

rozprawki: czego może się spodziewać po rozpowszechnieniu zamięłowania do sportów i gier ruchowych społeczeństwo trapione przez gruźlicę, choroby weneryczne i alkoholizm, społeczeństwo fizycznie słabe, dające olbrzymie odsetki młodzieży niezdolnej do służby z bronią w rękę, społeczeństwo ubogie, chore na brak ludzi energicznych, obrotnych, ludzi praktycznych i wytrwałych w przedsięwzięciu, społeczeństwo gdzie po latach niewoli z trudem i oporem odradza się poszanowanie praw i władzy, społeczeństwo szarpane przez zawiści i nieprzyjaźni partyjne, gdzie panuje przysłowiowy brak solidarności, a za to kwitnie wybujały indywidualizm? Zobaczmy po kolei.

W walce z gruźlicą tą prawdziwą klęską społeczną najskuteczniejszą bronią będzie nie leczenie indywidualne ale poprawa warunków higienicznych dla ogółu i masowe uodpornienie ludności. A ku temu nie ma tu środka skuteczniejszego nad ćwiczenia ruchowe i sport nad obcowanie z naturą i życie pod gołym niebem.

Wiele też obserwacji poczyniono, które dowodzą, że tam gdzie propaganda sportu robi postępy zmniejsza się alkoholizm i spada liczba chorób wenerycznych. Zważmy niebezpieczeństwo dla przyszłości Polski jakie kryją w sobie wymienione klęski społeczne — i skuteczność wychowania fizycznego w dziele zwalczania tych klęsk, a zadziwimy się dlaczego antyalkoholiści i inni poprawiacze rasy więcej myślą, prawią i piszą o odmawianiu ludzi od wódki i rozpusty, gromią szkodliwe gusty i nawyknięcia, a mniej pracują nad rozpowszechnieniem zamięłowania do zabawy ruchowej, która już dlatego jest skuteczniejsza niż zwalczanie zła, że pro prostu to zło zastępuje. Kto bawi się na boisku ten nie włóczy się nibyto bez celu po ulicach i alejach miejskich i do kinematografu go nie tak

ciągnie; kto zaprawia się w sporcie nie może wy-
siadywać ani przy butelce ani przy zielonym
stoliku karcianym.

Jak błogosławione wyniki mieć może wpro-
wadzenie gier sportowych do sfer robotniczych wi-
dzimy ze sprawozdań angielskich, które podają, że
gdy w r. 1871 robotnicy metalowcy przeciętnie
osięgali wiek $38\frac{1}{4}$ lat a kobiety w tejże sferze $37\frac{1}{2}$,
to w r. 1889 przeciętna długowieczność mężczyzn
podniosła się do $48\frac{1}{4}$ lat a kobiet do 43. Nie-
wątpliwie do przedłużenia życia u płci obu przy-
czyniły się postępy higieny publicznej, ale wybitną
różnicę w przyroście in plus na korzyść płci mę-
skiej w porównaniu z żeńską przypisać można tylko
rozpowszechnieniu się naonczas sportu w sferze
robotników angielskich, podczas gdy kobiety po-
zostały obce temu ruchowi.

Znany jest związek jaki zachodzi między al-
koholizmem a przestępczością. Nie od rzeczy więc
może będzie wspomnieć, w jaki sposób b. prezy-
dent Stanów Am. P. Roosevelt uzdrawiał moralnie
te dzielnice Nowego Jorku, które miały najgorszą
opinję jako gniazda zbrodniczości. Oto otwierał
tam szkoły boksu. I rezultaty miały przejść wszel-
kie oczekiwania, wyrażając się wymownie obniże-
niem cyfry przestępczości.

Z punktu widzenia społecznego podniesienie
zdrowotności publicznej oznacza też poprawę rasy
i podniesienie zbiorowej produkcji energii ludzkiej.
Podniesienie moralności społecznej oznacza skiero-
wanie tej energii na pożytek państwa. Powszechna
umiejętność pracowania charakteryzująca społec-
zeństwo stanowi o sumie pożytku, jaki energia
zbiorowa dać może.

Nie dość aby każdy czynił w swoim kółku
co może. Całość się złoży, o ile czyniąc myśli się
o całości, gdy każdy zrobi nie to co chce czy może.

ale to co powinien. Zabawy zbiorowe, gry sportowe — to szkoła współpracy. Im wyżej gra stoi w hierarchji sportowej tem silniej zaznacza się podporządkowanie jednostki interesom zespołu. Zaczynając współzycie i współdziałanie od prostych zabaw dziecięcych—dochodzimy aż do korony gier sportowych — do piłki nożnej, w której gracz nie może zrobić dla siebie a wszystko dla drużyny.

Mimo to jednak w grach i zajęciach sportowych obok współdziałania i współzawodnictwa jest silnie zaakcentowane. Podczas gdy potrzeba zespołu kielcha zapędy indywidualne, a więc zwalcza samowolę,—współzawodnictwo wyzwala inicjatywę i energję. A wydaje się przecież podwaliną ustroju demokratycznego, który ostatecznie, jak się zdaje, zaplanował na świecie, zharmonizowanie tych dwu pojęć: współzawodnictwa i współdziałania.

Dodajmy, że sport pracuje też na korzyść równości obywatelskiej. Na boisku nikomu nie imponuje ani pochodzenie, ani majątek, ani tytuł. Jedyne walor — to uposażenie przez naturę i zasługa. Tylko wartość sportowa otwiera wstęp do drużyn reprezentacyjnych, tylko ona prowadzi do godności i „urzędów”. W szczególności mamy na myśli tutaj te sporty, do których się nie trzeba ubierać „sportowo”, a raczej rozebrać.

Sport zbliża do siebie różne sfery i warstwy społeczne na wspólnem polu ambicji, konkurencji i organizacji. A że przytem budzi radość życia i pogodę ducha — więc pracuje na rzecz zgody i pokoju wewnętrznego.

Pozostaje sprawa stosunku wychowania fizycznego do potrzeb wojskowych. W tym względzie dostatecznie już chyba wyjaśniono, że siła bojowa państwa tkwi w zdrowiu, sprawności i męstwie obywateli. Mając cały lud zdolny do bronięcia ojczyzny — nie potrzeba trzymać wielkiej czynnej

armji, bo tu właśnie trzeba stwierdzić, że to wszystko co czyni człowieka zdolnym do życia wogóle, co robi zeń pożytecznego członka społeczeństwa: zdrowie, sprawność, roztropność i męstwo—wszystko to stanowi również o wartości jego jako żołnierza. Nauka żołnierki — to pewna tylko i nawet łatwa specjalizacja dla człowieka przygotowanego do życia wogóle. Miał chyba rację ów generał angielski, który twierdził, że zwycięstwo pod Waterloo było przygotowane na polu kriketowem szkoły w Eton podobnie jak Maraton i Salamina były przygotowane w gimnazjum starogreckiem. Chyba nie potrzeba dowodzić korzyści ekonomicznych jakie wpływają ze skrócenia czasu służby wojskowej. Ale za to trzeba zwiększyć czas przeznaczony dla młodzieży na ćwiczenia fizyczne. Atoli szkoła ciągle jeszcze zamało udziela uwagi temu zagadnieniu.

Dobiegamy do końca naszych rozważań o społecznej wartości ćwiczeń ruchowych. Sądzę żeśmy je wykazali. Jeżeli nam się to rzeczywiście udało, to oczekiwać mamy prawo, że społeczeństwo postawi sobie zapytanie: co musi dać społeczeństwo, aby otrzymać te korzyści, które niesie rozpowszechnienie zabaw ruchowych i sportu. W tym względzie mamy do naśladowania wiele przykładów. Dają nam przykłady: Ameryka, Francja, Niemcy, Czesi. Wszystkie te kraje — zrozumieniu czem jest dla narodu i państwa wychowanie fizyczne zawdzięczają wiele ze swej obecnej potegi. I tem samym narzędziem wykuwają przyszłość.

Chyba, że nie postąpimy jak ów Polak z anegdoty, który przyglądając się grze sportowej marynarzy amerykańskich westchnął sobie; „jakby to było dobrze gdyby w Polsce tak się zabawiano!” Raczej pójdźmy za przykładem Anglika, który zaraz do owych marynarzy przystąpił i zaczął z nimi

grać. Przystąpmy na polu wychowania fizycznego i sportu, do wielkiej gry o przyszłość jaką prowadzą wszystkie kulturalne społeczeństwa.

Czy potrzebna ustawa o W. F. i P. W.?

Myśl o hodowli zdrowia i energii ludzkiej zaczęła się szybko rozszerzać, sięgając również do sfer, które tą sprawą do niedawna nie zajmowały się.

Czy dzisiejszy rozwój sportów zawdzięczamy wpływom z zagranicy, czy też parciu od dołu czyli ze strony młodych, czy może wieloletnim zabiegom grona ludzi sprawie oddanych — mniejsza z tem. Zapewne wszystkie te czynniki potrosze zaważyły. Dziś chodzi już nietylko o propagandę idei. Przyszedł czas wcielania idei w życie. A więc chodzi o zorganizowanie wychowania fizycznego tak, aby ono dało maksimum korzyści społecznych, jakie dać może. Jeszcze zamęt wielki panuje w pojęciach. Jednostki i instytucje, najlepszymi wiedzione chęciami wykazują nieraz rozbijającą naiwność w traktowaniu tego zagadnienia, które nas tu zajmuje. Jeden chce wychowywać tylko za pomocą gimnastyki, drugi tylko za pomocą sportu. . . .

Wychowanie fizyczne tak się upowszechnia, sport staje się tak szerokim strumieniem zainteresowań publicznych, że zdawanie sobie sprawy z głównych praw tam działających jest konieczne do ogólnego wykształcenia społecznego. Dla tego w wojsku urządzone są dla oficerów wszystkich rodzajów służby wykłady i kursy informacyjne o zasadach wychowania fizycznego. Uświadomienie o tem czym jest wychowanie fizyczne, jaki jest jego stosunek do sportu, potrzeby materialne, ryzyko dla zdrowia indywidualnego — toć to jest potrzebne każdemu działaczowi społecznemu. Wykłady oparte na pokazach i zwiedzaniu odpowiednich insty-

tucyj, przeznaczone dla szerokich sfer stanowią zadanie uczelni wyższych zdoła odrębne od kwestji przygotowania kierowników technicznych. Ci bowiem nawet jeśli otrzymają bardzo wysokie kwalifikacje fachowe i wykażą oddanie sprawie — to działają nie wiele, jeśli nie doznają poparcia i zrozumienia w całym społeczeństwie.

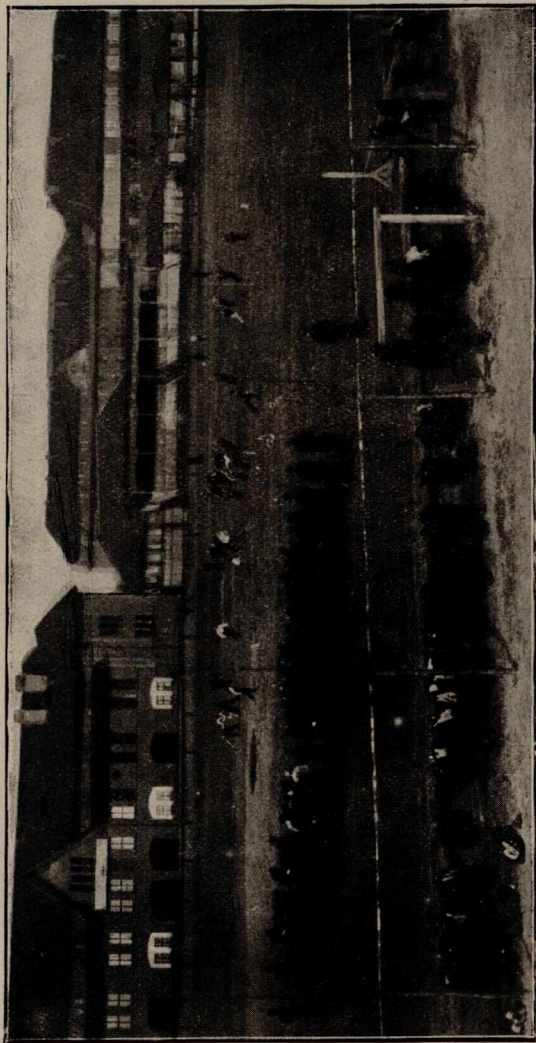
Władze wojskowe wysunęły hasło przysposobienia młodzieży do służby wojskowej. Hasło to zostało przyjęte życzliwie przez władze wychowawcze i oto widzimy zgodną pracę dwóch ministerstw nad unormowaniem spraw wychowania fizycznego i ściślejszego nawet bo technicznego przysposobienia do służby w szeregach.

Mimochodem muszę zaznaczyć, że pod tym względem nie jesteśmy bardziej militarystami niż Amerykańskie Stany Zjednoczone, które posiadają citizens military training camps.

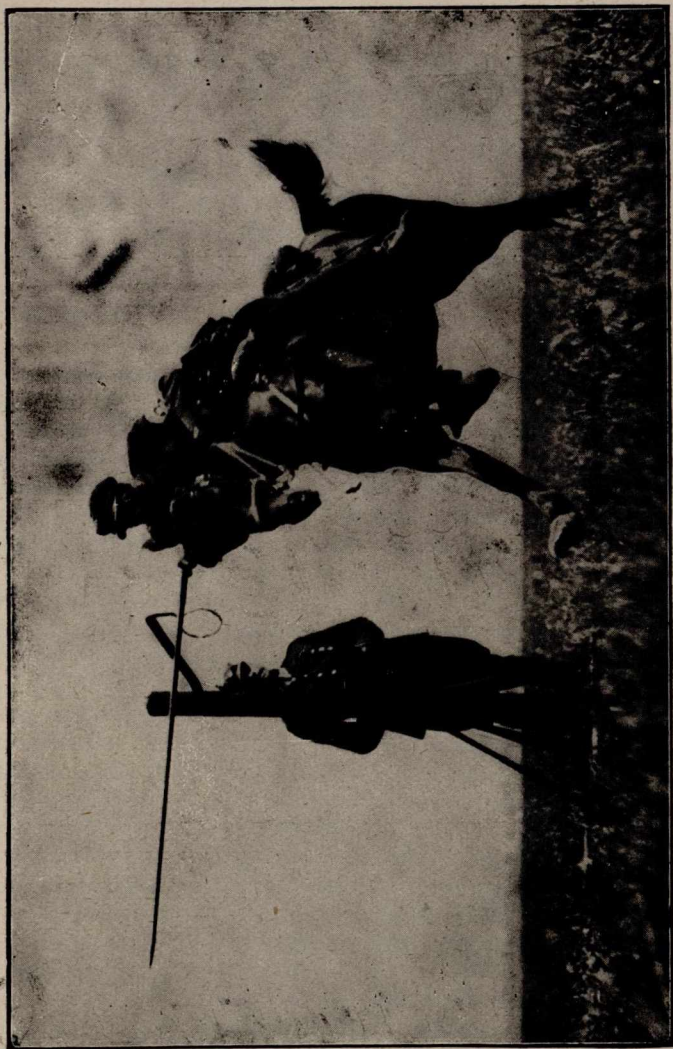
Można uważać za zgodnie ustalone, że przysposobienie wojskowe młodzieńca składać się winno z 75% wychowania fizycznego, wliczając już w to ćwiczenia w marszu i poznawanie terenu; — należałoby jeszcze uczynić powszechnym zrozumienie, iż wychowanie fizyczne narodu nie kończy się na wprowadzeniu do szkolnych programów większej czy mniejszej ilości ćwiczeń ruchowych.

Wiemy jak jest niekorzystny stosunek liczbowy naszej ludności do zaludnienia państw ościennych, które mogłyby targnąć się na nasze granice. Wiemy też jak niedogodne są pod względem strategicznym te granice i jak długą jest ich linja. Wiemy wreszcie, że istnieje strategją obliczona na wyczerpanie „materjału ludzkiego.”

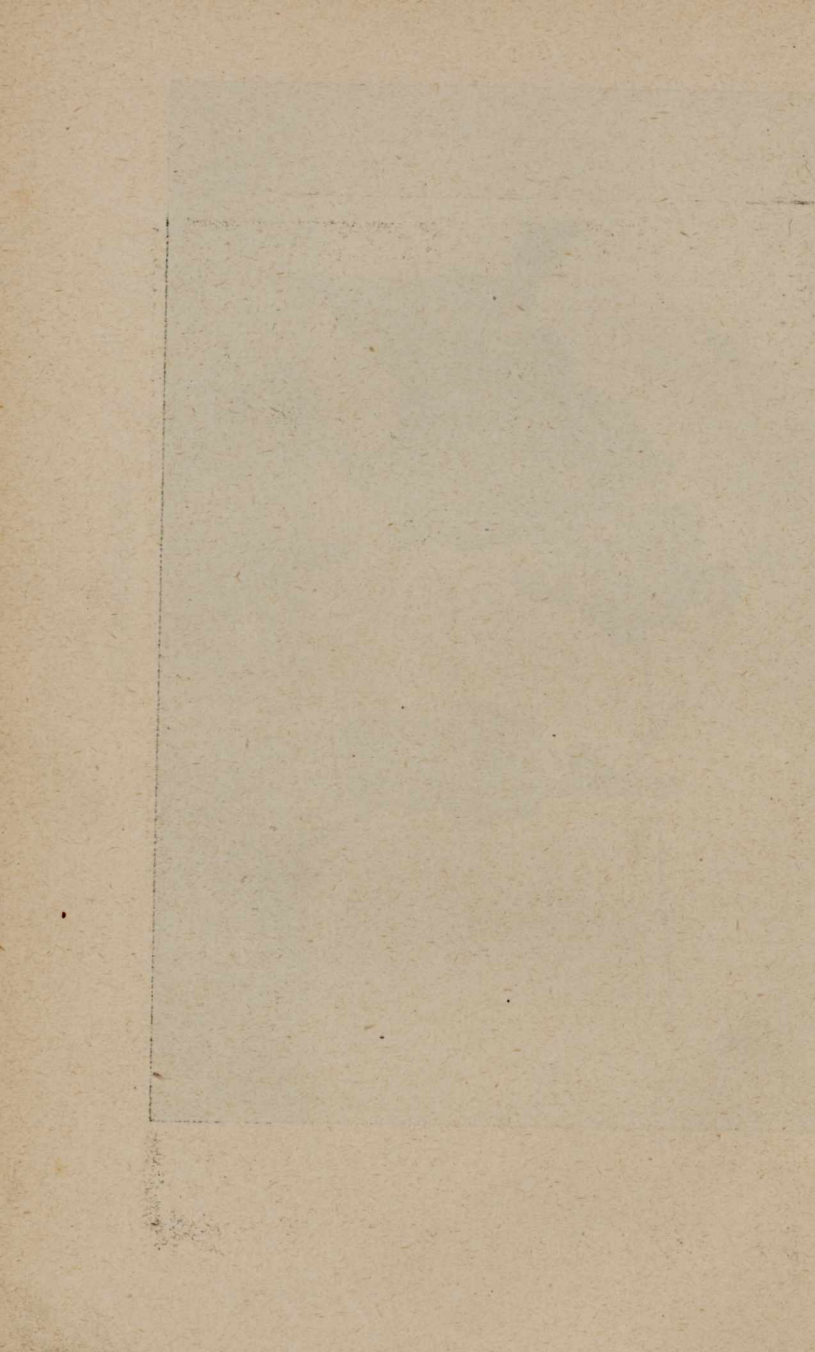
Prosty dość płynie stąd wniosek: przysposobienie narodu do wojny musi być rozumiane nie jako przeciwiczenie w wojsku, poza wojskiem czy przy wojsku pewnej jego części, a nawet nie tylko



GRA „RUGBY“ W C. SZKOLE WOJSK. G. i S. P.



LANCĄ W PIERŚCIEN.



jako podniesienie tężyzny w odpowiednim okresie życia młodzieży, lecz jako nieprzerwany łańcuch zabiegów mających na celu podniesienie liczebne ludności i danie zdrowia oraz wigoru życiowego każdemu obywatelowi.

Spółeczność, która cel taki sobie postawi, działać będzie w myśl tego jak pojmował wychowanie fizyczne Sniadecki, mówiąc o otoczeniu już niemowlęcia, bał płodu w łonie matki, opieką i staraniami.

Poczynając zatem od eugeniki, po przez opiekę społeczną nad matką i dzieckiem, poprzez higienę i wychowanie fizyczne wieku szkolnego, dojdziemy do sportu zawodniczego, który odpowiada potrzebie psychicznej wieku młodzieńczego i dojrzałego oraz do pielęgnowania w ustroju starzejącym się wigoru, a to za pomocą rozrywek sportowych i higienicznego trybu życia.

Takie szerokie rozumienie zadań przysposobienia wojskowego nie tylko obiecuje dobrych żołnierzy w razie wojny, — ale odpowiada też potrzebie ekonomicznej i kulturalnej państwa — zapewnia mu dobrych pracowników. Szereg państw wszedł na drogę „opisania prawami” tej części wychowania, którą przywykliśmy nazywać fizyczną, aczkolwiek zdajemy sobie dobrze sprawę z potężnego działania życia czynnego fizycznie na kształtowanie się charakteru psychicznego. Od dłuższego czasu i u nas jest omawiany projekt uchwalenia ustawy o powszechnem wychowaniu fizykiem młodzieży oraz jej przysposabianiu wojskiem i zdaje się, że kiedyś projekt stanie się ustawą obowiązującą.

Pierwsza rzecz, która na myśl przychodzi to ta, iż ustawa zmusi kogoś do uprawiania ćwiczeń fizycznych. Tymczasem przymus, — rzeczywiście uniknąć go nie można, — pójść winien w innym

kierunku. Popęd do zabawy ruchowej jest cechą istotną dziecka. Pozostaje ten popęd i u młodzieży w epoce osięgania dojrzałości, przybierając nieraz postać zamiłowania do zawodów sportowych i do wysiłków. Dzięki temu popędowi młodzież daje najważniejszy element wychowania fizycznego — bo nieprzymuszoną wolę. I tylko chodzi o umożliwienie wyładowania w formie pożytecznej tej siły żywiołowej młodości. Z tego wynika, że młodzież da to, czego od niej chcemy i bez przymusu; ale na to, abyśmy dali jej warunki konieczne — przymus jest potrzebny.

Te warunki to czas, miejsce, przybory, kierownictwo i nadzór. Najprościej sprawa przedstawiałaby się w szkolnictwie. Jasna rzecz, iż szkolnictwo może dać sobie radę i bez ustawy. Ustawa jest najbardziej potrzebna dla tych młodych i tych starszych, którzy dopiero dzięki niej znajdują możliwość uprawiania ćwiczeń ruchowych.

Zrozumiałe, że taka ustawa wiąże się ściśle z resztą ustawodawstwa społecznego, i nie ma bytu, że tak powiem, samoistnego, a opiera się o inne ustawy, które winny odpowiednio być zmienione lub uzupełnione.

Nie neguje to bynajmniej racji bytu dla specjalnej ustawy, która określa w ogólnej ramowej formie czego państwo żąda pod mianem wychowania fizycznego i komu co nakazuje.

Myśląc o ustawie specjalnej, musimy w tym celu zwiężyć pojęcie wychowania fizycznego, pozostawiając cały szereg trosk eugenicznych i t. p. innym ustawom.

Aczkolwiek więc tutaj będziemy z konieczności rozumieli pod mianem wychowania fizycznego głównie poddanie młodzieży metodycznym ćwiczeniom ruchowym, to jednak nie można opuścić sprawy nader ważnej — dozoru higienicznego

nad ogółem młodzieży. Narazie wypadło by ze względów oportunistycznych ograniczyć się do młodzieży męskiej w wieku od 7—9 roku życia do dojrzałości czyli 21 lat ukończonych; w tym celu wprowadzają w wielu państwach kartę zdrowia i sprawności, których posiadanie i wypełnianie w swoim czasie stanowi obowiązek ustawowy. Zdaję sobie sprawę, że w naszych warunkach przeprowadzenie zasady perjodycznych oględzin wszystkich dzieci i młodzieńców, choćby tylko płci męskiej i choćby tylko co lat kilka, powiedzmy w wieku 7—8 lat po raz pierwszy, w wieku 14—15 po raz drugi i 18—19 po raz trzeci — przedstawia wielkie trudności. Jeszcze większe trudności przedstawi zorganizowanie pomocy leczniczej. Nie wątpię jednak, że takie rozwinięcie pojęcia wychowania fizycznego narodu nastąpi w przyszłości. Nie lładźmy się przecież. Postępując tak jak obecnie, przysposabiamy do wojny jednostki zdrowe, rezygnując z tych, które mogłyby być również zdrowymi, gdyby się o to postarano.

Właściwa zdolność do służby wojskowej oznacza nie tylko brak wad fizycznych i zaburzeń psychicznych. Dzisiaj od żołnierza wojna wymaga dużej sprawności ruchowej, siły charakteru i pewnego stopnia rozwoju pojęciowego. I tego wszystkiego potrzeba nie tylko na samej linii bojowej — lecz tak samo na tyłach, gdzie ćwiczają się rezerwy, gdzie odbywa się właściwa gospodarka i wre przemysł wojenny. Czy zresztą nie potrzeba sił fizycznych i moralnych kobietom, starcom i nawet dzieciom opuszczonym przez wojaków, a wplatanym w koło prac i trosk obracające się na osi dzieła wojny?

Zadanie przeraża swojemi rozmiarami i tylko wielki wysiłek państwa może nas poprowadzić do stopniowego jego rozwiązywania.

Środki, które wypadnie wprząc do pracy są następujące: powszechne uświadomienie o higienie społecznej i zasadach wychowania fizycznego. Eugenetyka praktyczna. Dozór higieniczny nad ogółem młodzieży za specjalnem uwzględnieniem chłopców w wieku 10—20 lat. Zorganizowanie lecznictwa dla młodzieży w tym wieku. Metodyczne wychowanie fizyczne. Życie sportowe. Spopularyzowanie ruchowych rozrywek rekreacyjnych wśród najszerszych sfer robotniczych oraz igrzysk ludowych po wsiach. Zabezpieczenie terenów potrzebnych do celów życia ruchowego. Danie fachowego kierownictwa i udostępnienie porady higienicznej dla sportowców. W powyżej naszkicowany sposób, gdy zostanie wychowanie fizyczne zorganizowane, — to będzie istotnie powszechnem. Będzie też przygotowaniem ludności do wojny w obronie bytu niepodległego. Przygotowaniem prawdziwym.

Ideał wychowania narodowego wyrasta z realnych warunków egzystencji narodu. Polska żyjąca wśród wilków musi żądać od swych obywateli, aby jej ofiarowali swe głowy i ręce do pracy i żeby je przynieśli w najlepszym stanie. Musi też żądać, aby każdy stawał w obronie całości i niepodległości Ojczyzny w sposób, jaki przystoi jego płci i jego latom.

Racje wojny — zawsze możliwej — mają dobitną wymowę. Rzucamy je bez wahania na szalę sprawy wychowania fizycznego narodu. Zapasy mobilizacyjne energii oraz sprawności ludzkiej, wytworzone choćby pod wpływem widma wojny, — nie będą materiałem zamkniętym w magazynach — ale siłą żywą, rosnącą z roku na rok, z pokolenia w pokolenie, dla mocy, zamożności oraz szczęścia Rzeczypospolitej.

Ambicja sportowa.

W kołach, zajmujących się wychowaniem fizycznym uporczywie powraca ciągle zagadnienie: czy konieczne są zawody sportowe, czy nie wystarczyłyby poprostu ćwiczenia ruchowe? A więc gimnastyka, a więc lekkoatletyka uprawiane jako ćwiczenia ale bez zawodów, a więc poprostu wiosłowanie, ale nie regaty, nauka pływania, lecz bez konkursów. Wiemy, że tak, jak są na świecie zwolennicy zażarci zawodów, tak znów z drugiej strony spotykamy dość zdecydowanych przeciwników ostrego współzawodnictwa, które stwarza walkę, zwycięzców, wyczyny i rekordy. Rozstrzygnięcie tego zagadnienia jest szczególnie ważne dla stowarzyszeń przysposobienia wojskowego. Wydaje się to może na pierwszy rzut oka paradoksalne, boć tam walki uczą się na ćwiczeniach wojskowych właściwych; możnaby sądzić, że wychowanie fizyczne młodzieży przysposabiającej się do wojny można zatem ograniczyć do ćwiczeń, które w trybie sportowym rozwijają siłę i gruntują zdrowie. A jednak tak nie jest i zobaczymy zaraz dlaczego.

Gimnastyka i wszelkie ćwiczenia ruchowe są bezprzecznie pożyteczne i dla ciała mogłyby istotnie wystarczyć. Ale przy uprawianiu przez czas dłuższy stają się zajęciem, jeszcze jednym zajęciem, pracą więcej i zaczynają nużyć swoją monotonią. Oczywiście nie mogą tego stosować do wszelkich wycieczek, pieszych, konnych, łodzią, rowerem i t. d., turystyka bowiem, dzięki zmianie otoczenia, krajobrazu, dzięki przygodom, choćby błałym — jest zawsze i pożyteczna i pociągająca zarazem.

Lecz wyobraźmy sobie ciągle bębnienie gimnastyki i to samej tylko gimnastyki lekcyjnej. Obawiam się, że można w ten sposób odstraszyć młodzież od ćwiczeń ruchowych wogóle. Podobnie znudzi

nas ćwiczenie biegów, skoków i t. d. bez perspektywy zmierzenia się z innym.

Inaczej być nie może. Wychowanie fizyczne operuje wprawdzie ciałem, mięśniami, ale musi liczyć się z prawami psychiki. Kto chce nie zmusić, a zachęcić do ćwiczeń, winien zwracać się nie tylko do poczucia obowiązku, które nie wystarcza w danym przypadku, a do uczuć. Młode umysły są skłonne do fantazjowania, trzeba im dać barwny świat sportu, tę minjaturę życia społecznego. W młodych duszach gra prastary popęd bojowy dawnych pokoleń; trzeba mu dać ujście w walce bezkrwawej, w konwencjonalne formy ujętej. Potrącając struny szlachetnego uczucia jakim jest ambicja — idziemy ku celom wychowawczym. Rzeczą wychowawców, kierowników ćwiczeń, jest pamiętać, że w sporcie tak samo, jak w gimnastyce właściwym celem jest harmonijny rozwój ciała i charakteru.

Czy może kto wątpić, że dzisiejsze powszechne zainteresowanie się ćwiczeniami fizycznymi zawdzięczamy temu elementowi walki, który kwitnie w zawodach sportowych? Cóż może większy urok posiadać, niż sport dla tych szaraczków życiowych z niższych klas społecznych, ten sport, który daje im szansę wybicia się, odegrania pewnej indywidualnej roli, zdobycia odrobiny sławy.

Oto powody, dla których idea przysposobienia wojskowego tem szerzej pójdzie po Polsce, im mocniej się oprze na metodzie sportowej w swej pracy żołnierskiej, a na sporcie w swej metodzie wychowania fizycznego.

Kult wysiłku.

Słyszcy się nieraz zapytanie: dlaczego teraz po wielkiej wojnie tak szeroko rozwija się ruch sportowy, szerzej znacznie niż przed wojną? Odpo-

wiedź na to pytanie nie jest taka prosta, jakby się na pierwszy rzut oka mogło wydawać.

Zobaczmy.

Moglibyśmy odpowiedzieć, że wojna unaoczniała nam zaniedbanie fizyczne, w jakim wychowywało się do niedawna młode pokolenie. Tak, zapewne. Wojna unaoczniała nam to. Pokazała, że wielu ludzi nie nadaje się ze względów zdrowotnych do służby w polu, pokazała, że wielu zdrowych nie umie poruszać się na łonie przyrody, bo zamknięci w murach miejskich nie rozwinęli w sobie „czucia terenu”. Otworzyły się nam oczy na szkodliwość jednostronnego kształcenia umysłu z zaniedbaniem umiejętności działania ruchem, czynem fizycznym.

Tak, to wszystko prawda i to odegrało dużą rolę w reformie wychowania. Ale jednak to nie wystarcza do wytłomaczenia, dlaczego chęć do uprawiania sportu ogarnęła obecnie ogół młodzieży. Młodzież nie jest skłonna do ulegania głosowi rozumowania. To starsi rozumują i normują życie zbiorowe. Młodzież idzie za głosem swych wrodzonych skłonności i za przykładem, który robi na świeżych duszach wrażenie; który pociąga i zapala.

Skłonność do poruszania się, do poznawania przyrody jest u młodzieży wrodzona. Bo natura w dbałości swej o zachowanie uzdolnień, które sobie ludzkość wyrobiła w długim swym marszu od mroków dziejowych po dzień dzisiejszy — posiłkuje się popędem, który umieszcza w duszy każdej młodej istoty. Popęd ten jest celowy. gdyż skłania młodzież do oddawania się takim zajęciom, które ją zapoznają z podstawowemi prawami przyrody i — zaprzęgając do ruchu, do działania, pozwalają rozwijać się tym właściwościami umysłu i charakteru, które są ściśle związane

z doświadczeniami powstającymi w trakcie prac i ćwiczeń ruchowych.

Mamy więc skłonność do ruchu i do pracy fizycznej jako dane wrodzone młodzieży. Ta skłonność każe nam się bawić, wyprowadza nas z mieszkań na otwarte powietrze, z miast na łąkę, do lasu, na wody. A jeśli za młodu zżyjemy się z przyrodą, wsłuchamy się w jej głosy, rozkochamy się w jej barwnych szatach, to już na całe życie będziemy jej przyjaciółmi, będziemy do niej tęsknili i starali się jaknajczęściej z nią obcować jako turyści, jako myśliwi i t. d.

V Lecz obcowanie z przyrodą, choćby kosztem trudów i zmęczenia jeszcze nie jest owym sportem, który tak pociąga dzisiejszą młodzież. Widzimy bowiem jak naokoło odbywają się zawody sportowe, bądź gry, jak: koszykówka, piłka nożna, bądź konkurencje takie, jak np. lekkoatletyczną, bokserские i t. p. Ciągłe mówi się o tem, że ci zwyciężyli tamtych, pisze się o wynikach, zwycięstwach i rekordach. Ten sport który ma najwięcej bodaj uroku i zwolenników,—to sport zawodniczy. To już nie jest kontakt z naturą, a walka bądź z jakąś jej siłą elementarną, bądź z drugim człowiekiem. Tu stawiają rekordy długości lotu płatowcem, tam usiłują przepłynąć wpław kanał la Manche, ówdzie padają rekordy w biegu, skoku, rzucie, drużyny piłkarskie zawzięcie zmagają się ze sobą. To już nie jest rozrywka ani zabawka. To jest walka. Walka o zwycięstwo, walka o wynik ujęty w postać cyfry rekordu. Walka pracowita, pełna znoju, wymagająca długich ćwiczeń przygotowawczych dla ciała i duszy.

Sport, o którym mówimy tutaj, streszcza się w jednym słowie—wysiłek.

* * *

Zapewne, moglibyśmy powiedzieć, że cały postęp ludzkości zawdzięczamy wysiłkowi pojedynczych ludzi. Tak jest niewątpliwie, i nic zatem dziwnego, że i dzisiaj młodzieniec mający pełnię fizycznych sił posiada pewną skłonność do wysiłku.

Tylko, że wysiłek może być rozmaity. Może iść w kierunku zdobywania wiedzy, kariery życiowej, pracy społecznej, wynalazków technicznych i t. d.

Przyznać musimy, że tak było u nas do niedawna. Na ziemiach polskich przed wojną sportu wcale prawie nie znano.

A więc, gdy uprzytomnimy sobie nagły rozwój sportu po wojnie, gotowiśmy przypuścić, że dużo tu sprawił przykład dany przez zagranicę. Tam sport rozwinął się wcześniej niż u nas.

Do pewnego stopnia jest to rozumowanie słuszne. Ale pozostaje fakt, że i tam zagranicą sport zawodniczy rozwinął się gwałtownie, ogarnął wszystkie sfery i środowiska społeczne dopiero po wojnie.

Dlaczego właśnie po wojnie?

Bo wojna dała tym, co ją przeżyli, jedną rzecz piękną i wielką:

Kult wysiłku!

Bo wojna była kamieniem probierczym dla energii i zdolności do wysiłku ludzi i narodów.

Wojna okryła pogardą słabość a nimbem bohaterstwa uwieńczyła skronie tych, którzy chcieli czynić wysiłki i umieli je czynić.

Czyniono wysiłki także i przed wojną. Niczem innem jak wysiłkiem jest praca uczonego — odkrywcy tajników przyrody, śmiałych konstruktorów, reformatorów i organizatorów społecznych, wielkich pisarzy i wieszczów.

Ale ich wysiłki nie są efektowne dla ogółu. Widzimy rezultat pracy, nie dostrzegając samego wysiłku.

Wysiłek wojenny — to co innego. Na te wysiłki patrzyły miliony oczu. Poznały ich pot i krew. Widziały odpoczynek — śmierć i zaraz potem nowe wysiłki — żyjących jeszcze.

Dlatego to w szerokich masach obudził się szacunek dla wysiłku. Entuzjazm dla wysiłku. I zapragnięto oglądać ciągle wysiłek. Nie pracę, równą, spokojną, odmierzoną, a wysiłek, w który wkłada się duszę. Wysiłek, który porywa widza. Taki wysiłek, który można codzień oglądać, paść nim oczy, zapalać duszę — to właśnie daje sport.

Tu kryje się tajemnica uroku sportu. To jest przyczyna, która sprawiła, że młodzież dzisiejsza znajduje rozkosz w pozornych walkach o miejsce, o punkta i o rekord. Pracuje z zaciśniętymi zębami. ryzykuje nawet pewne niebezpieczeństwo, zlewa się potem, daje z siebie wszystko dla zdobycia jednej sekundy, jednego centymetra, lub jednej bramki.

To nie jest zabawa. To jest kult wysiłku.

Praca jest pożyteczna. To jest podstawa bytu. A wysiłek jest warunkiem postępu.

Tylko, że praca może się obyć bez wysiłku. Wysiłek zato, jeśli ma być skuteczny, nie obejdzie się bez pracy. Zdobywcy laurów olimpijskich nie są półbogami. To ludzie, którzy na swój tryumf pracowali latami i rzetelnie pracowali,

* * *

W pewnej fabrycznej mieścinie we Francji wystawiono oryginalny pomnik żołnierzowi poległemu w czasie wielkiej wojny. Pomnik przedstawia martwego „poilu” leżącego na wzrak z ręką

sterczącą ku górze. W zaciśniętej dłoni zwitek papieru.

Historja tego żołnierza jest krótka. Okop pewnego pułku był przez czas dłuższy odgradzony ogniem dział niemieckich. Wszystkie środki łączności zostały zerwane. Pozostał już tylko jeden środek: człowiek. Ale mało było szans na to, by człowiek zdołał żywo przebyć zaporę ogniową. Dowódca zawołał żołnierza i powiedział mu: oto nader ważny meldunek do dywizji. Ten meldunek musi dojść. Musi. Bo jeśliby nie doszedł, to nasza pozycja padnie. Pozycja paść nie może—a więc meldunek musi być doręczony.

Żołnierz wziął papier i rzekł: „rozkaz, ten meldunek dojdzie”! Poszedł, więcej nie wrócił, a nawet i nie doszedł do dywizji, bo padł po drodze, zabity od granatu. Lecz padając, resztką sił gasnących podniósł w górę rękę z meldunkiem. I ta ręka wyteżona wysiłkiem woli już nie opadła nawet u trupa. Nieco później inny żołnierz dojrzał papier zakrwawiony w dłoni wzniesionej, doczołgał się do poległego, wziął meldunek i poniósł do dowództwa dywizji. Meldunek doszedł do miejsca przeznaczenia. Doszedł na czas. Pozycja została utrzymana. Wysilek gońca odniósł zwycięstwo.

* * *

Podobno generał Pershing, wódz ekspedycji armji amerykańskiej miał się wyrazić: Myśmy nasze bitwy we Francji zaczęli wygrywać na boiskach sportowych w Ameryce”.

Słowa te znaczą, że sztuki wysiłku trzeba się uczyć i że można jej się nauczyć.

Weźmy to sobie pod rozwagę. Bo Polska potrzebuje wielu jeszcze, wielu wysiłkiem. Nietylko pracy rzetelnej, ale i wysiłków, Ani roku, ani dnia

nawet nie wiemy, w którym, być może, wypadnie nam porwać się znów do wysiłku jak w 1918 i jak w 1920 r.

Więc krzewmy kult wysiłku!

Lekarz „sportowy“.

W ostatnich latach młodzież pociągnięta przez przykład zagranicy i ulegając naturalnemu popędowi swego wieku, rzuciła się do ćwiczeń fizycznych, gier sportowych i wycieczek. Ale rzuciła się nie w karnych szeregach, sprawianych wskazaniem celów i środków wychowawczych, lecz, że się tak wyrazimy, dość bezładnie, nazbyt często omamiona hasłem „sport dla sportu“.

Skutki tego, łatwe do przewidzenia, nie kazały zbyt długo na się czekać. Jeden za drugim zaczęły się odzywać alarmy: ćwiczenia źle prowadzone wywołują niepożądane zmiany w budowie ciała; sport niszczy serca! i t. p.

Alarmy te pochodzą z gabinetów lekarzy praktykujących, do których zwracają się ofiary własnej nieświadomości w zakresie granic wysiłku, do którego wolno im się posunąć bez trwałej szkody dla zdrowia. Jesteśmy w obliczu faktu, że ćwiczenia, a już specjalnie wszelkie konkursy i zawody sportowe, dające niewątpliwie wiele korzyści dla ciała i ducha, mogą też powodować i nieraz powodują bardzo poważne szkody dla zdrowia, przede wszystkim nadwyrężając serce. Tym szkodom jedynie lekarz zapobiec może, jeżeli ma możliwość wpływu na wybór ćwiczeń, na sposób uprawiania ćwiczeń wybranych. Jednym słowem, trzeba dobierać ćwiczenia dla ludzi i ludzi do ćwiczeń. Zadania tego nie może w całości wykonać kierownik wychowania fizycznego ani trener sportowy. Obok tych dwóch—tak cennych pracowników, a tem cenniejszych, im

więcej są wykształceni pod względem przyrodniczym—koniecznym jest znawca fizjologii—lekarz.

Pozostawmy na boku zagadnienie, dlaczego świat lekarski długi dość czas pozostał obojętnym na to, co się dzieje na boiskach sportowych, na salach i terenach ćwiczebnych. Zapewne odegrały tu rolę wspaniałe zaiste postępy lecznictwa, które olśniły oczy adeptów medycyny i odwróciły ich uwagę od młodzieży zdrowej, która w ćwiczeniach fizycznych naraża się na wady i cierpienia nazbyt często, czyniąc szczerbę w tym skarbie narodowym, jaki przedstawia energia ludności. Faktem jest, że większość lekarzy ograniczała się do obserwowania tych sportowców, którzy zapadli na zdrowiu, a tak zwani lekarze sportowi zazwyczaj powoływani byli tylko w celu dokonania pobieżnego przeglądu kandydatów do wzięcia udziału w zawodach dla usunięcia tych, których stan zdrowia nakazywał ostrożność ze strony organizatorów.

W ostatnich czasach w stosunkach tych odbywa się szybka zmiana. Już są lekarze, którzy sami zakosztowali życia sportowego i jego rozkoszy, a więc zdają sobie sprawę z tego, jaką winna być rola lekarza na boisku sportowem. Już są kluby i dyrektorzy szkół, życzący sobie rozciągnięcia opieki nad ich młodzieżą przez fizjologa. Już są sportowcy, którzy rozumieją, że przygotowanie do zawodów musi być oparte na wskazówkach lekarskich. Wielu z nich poszukuje lekarza, co „zna się na sporcie”.

Co to znaczy: lekarz znający się na sporcie? Każdy praktyk potrafi określić stan serca i jego zdolność funkcjonalną. Każdy łatwo może zalecić wstrzymanie się od ćwiczeń i wysiłków. Ale nie o takich lekarzy chodzi. Potrzebni są fizjologowie, którzy znają działanie różnych form wysiłku na organizm ludzki, którzy potrafią doradzić, jakie ćwiczenia, jaki sport dla danego osobnika będzie

odpowiedni; którzy wiedzą, zapomocą jakich środków ruchowych można ustrój wąły wzmocnić, prężność i pojemność klatki piersiowej podnieść, jaką rolę gra psychika w uprawianiu sportu, jakie normy odpoczynku neutralizują wpływ zmęczenia i znużenia, jak przygotować się do treningu, a potem jak zaprawę sportową prowadzić, aby w najkrótszym czasie, bez szkody dla zdrowia i zdolności do pracy zawodowej—osiągnąć maksymalną wydajność sportową.

Zaufania młodzieży nie uzyska, ani autorytetu nie zachowa taki lekarz, który zamierza zakazywać...

Sportowcy muszą wiedzieć, że lekarz z nimi współpracuje, że im dopomaga w wydobywaniu z siebie najwyższego wyniku—bez krzywdy dla zdrowia.

Jakże piękne to zadanie pod względem zarówno wychowawczym jak społecznym! Wydaje się ono trudnem. Pokolenie usportowione jeszcze nie weszło na arenę zawodową. Niewielu z dzisiejszych lekarzy, nawet młodych, posiada przeszłość praktycznie-sportową. Studja uniwersyteckie przygotowania do tej roli nie uwzglęniały. Są to niewątpliwie przeszkody, lecz nie takie, których dobra wola nie byłaby w stanie przezwyciężyć. Znajomość procesów życiowych, zachodzących w ustroju, pozwala lekarzowi przygotować się do roli swej na boisku sportowem kosztem niewielkiego stosunkowo nakładu pracy. Pewne dodatkowe studja w zakresie wpływu wysiłków fizycznych na organizm, własności różnych form ćwiczeń ruchowych pod względem psychologicznym, metod badań, otwiera drogę do sztuki najważniejszej—sztuki dozowania ćwiczeń fizycznych.

Stwierdzić trzeba, że piśmiennictwo nasze daje w tym zakresie mało. Pierwszy bodaj z prasy lekarskiej polskiej zaczął miesięcznik „Lekarz Wojs-

kowy" podawać prace, omawiające zagadnienia wychowania fizycznego ze stanowiska fizjologicznego. W ostatnich czasach prace takie zaczęły pojawiać się i w innych czasopismach lekarskich.

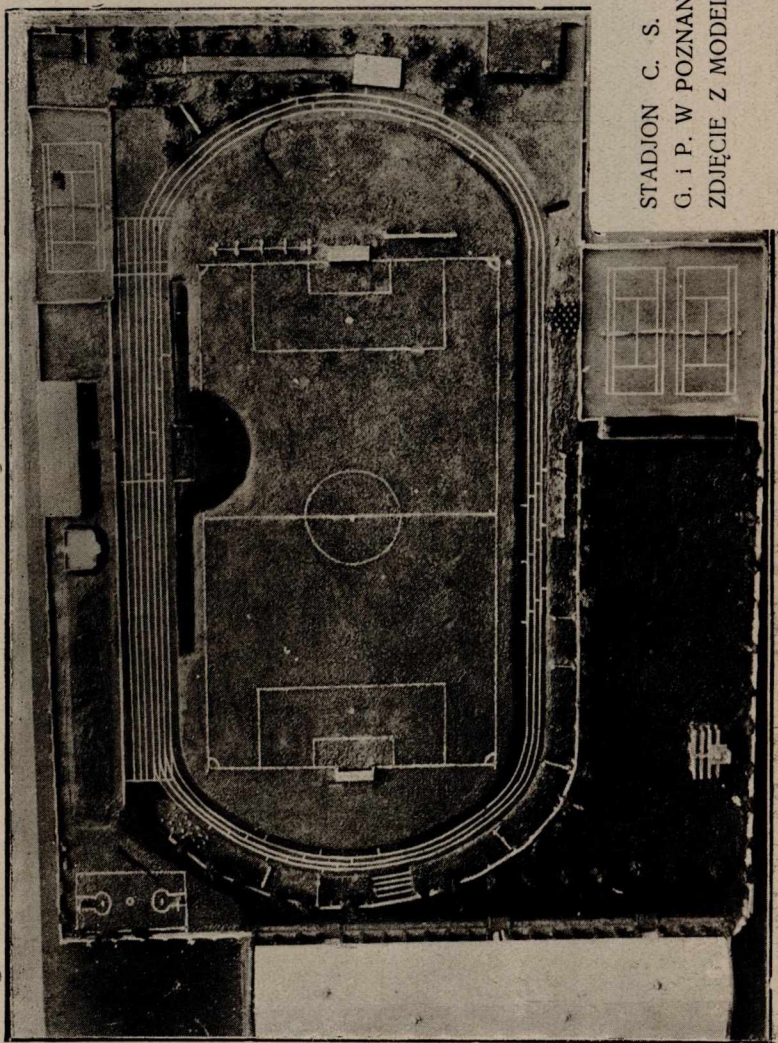
Przed piśmiennictwem leży zadanie nie mniej ważne niż przed praktykami.

Zestawianie danych, zapisywanych na kartach zdrowia i sprawności, obserwacja wpływów i skutków ćwiczeń, wreszcie doświadczenia laboratoryjne nad ludźmi uprawiającymi różne ćwiczenia, przyczyniają się do oparcia wiedzy wychowania fizycznego na fundamencie naukowym. Wiele jest jeszcze w tej dziedzinie niejasności, wiele błędzenia omacaniem. Poszukiwania kryterjów dla rozwoju fizycznego i dla wyćwiczenia sprawności w najlepsze dopiero trwają. Ale pewne zasady wychowawcze już się wyraźniej zarysowały, pewne prawdy biologiczne zostały ustalone. Na miejsce zasad wyrozumowanych, do których skłonne są przywiązać się na ślepo umysły niezdyscyplinowane, dając obraz „fanatyków systematów” — wchodzi krytyczny pogląd, oparty na doświadczeniu i porównywaniu.

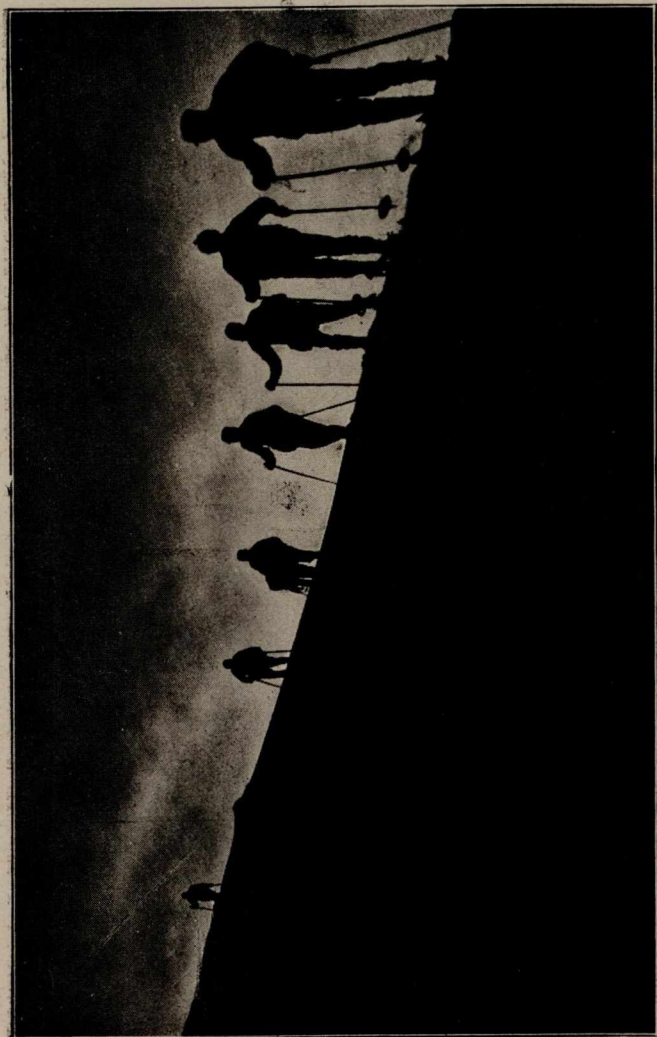
Zadanie lekarza w szkole w stosunku do ćwiczeń cielesnych, ani lekarza klubowego w stosunku do treningu i zawodów, nie jest zbyt trudne ani skomplikowane. Nawet wobec rozrostu życia sportowego i wprowadzenia ćwiczeń fizycznych do wszelkich szkół, nie możemy spodziewać się, że wszyscy czynni tam lekarze będą specjalistami fizjologii ćwiczeń i sportu. A jednak tacy specjaliści będą potrzebni dla całości życia sportowego. Przeciętny lekarz szkolny lub klubowy nieraz odczuje potrzebę zasiągnięcia decyzji kolegi bardziej wyspecjalizowanego. Jeśli, a raczej wtedy, gdy oficjalnie powstanie taka specjalność lekarska, nie zabraknie osób, które wprost zwracać się będą o rady i wskazówki do specjalisty.

Mimo, że obecnie nie jestem lekarzem praktykującym, — zwracają się do mnie różne osoby z zapytaniami dotyczącymi wyboru sportów i t. p. Często jestem zapytywany przez osoby w pewnym już wieku będące, czy sport, do którego zamierzają się zabrać, jest dla nich odpowiedni. Rodzice interesują się tem, czy chłopiec nie został przetrenowany w klubie, albo czy dla dziewczynki to lub owo ćwiczenie nie jest szkodliwe.

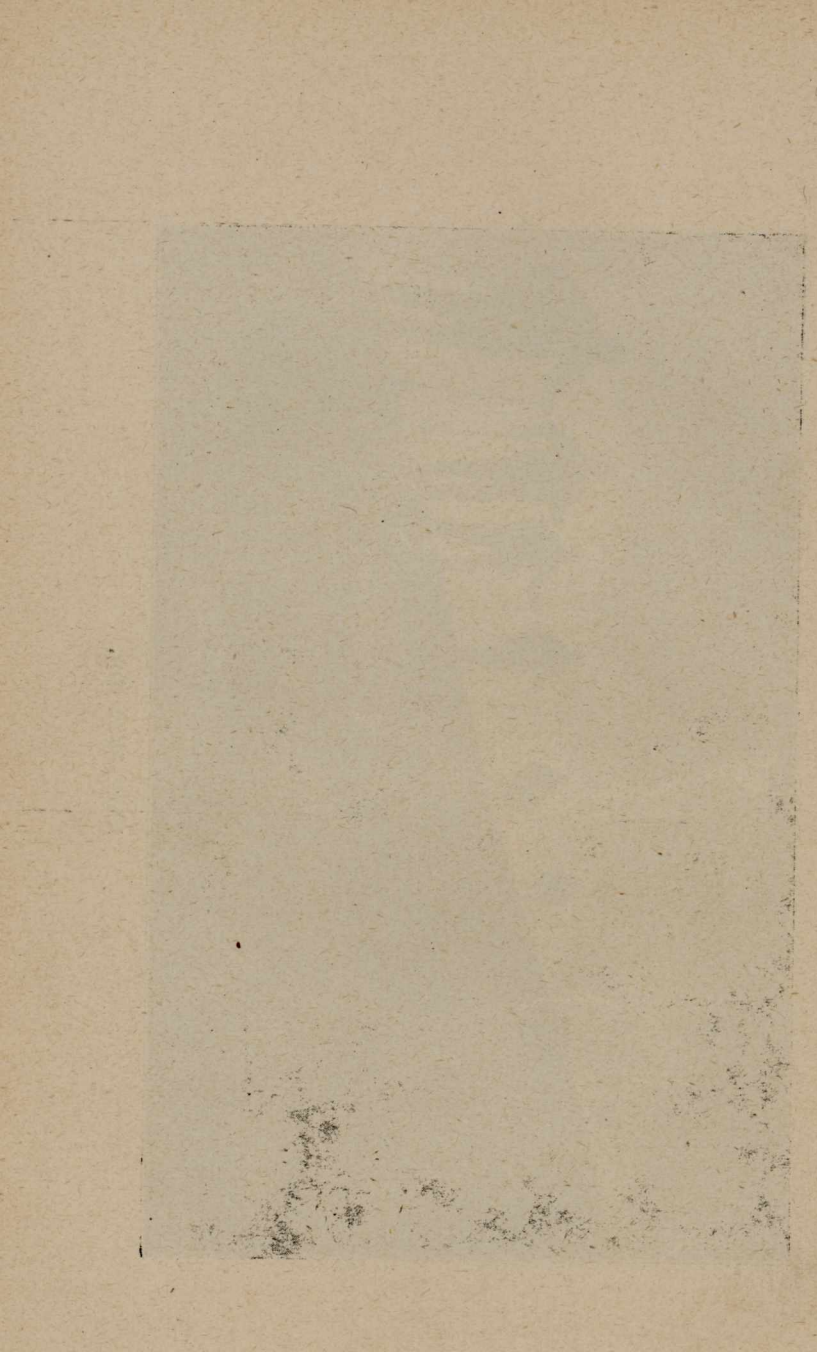
Rzeczywiście, wyszliśmy już z okresu, kiedy zdawało się, że ćwiczenia mogą uprawiać tylko młodzi i zdrowi bez żadnego zarzutu. Dzisiaj wiemy, że nawet osobom obciążonym pewnymi cierpieniami, mogą ćwiczenia odpowiednio dobrane i należycie dozowane, przynieść korzyść. Są anemicy, którym potrzeba słońca, powietrza i ruchu w miarę. Miażdżyca tętnic nie wymaga wcale abstynencji od ruchu. Dobroczynny bywa jego skutek w stanach artrytycznych. Serce słabe można wzmocnić, stopniując jego wysiłki umiejętnie. Specjalnych ostrożności wymagają cierpienia płucne, ale i one, tak jak wiele innych, nie oznaczają skazania na bezruch. Wiemy zresztą, co znaczy w walce z gruźlicą dobrze rozwinięta czynność oddechowa. Z wielu stron już podniesiono niewłaściwość zwalniania od gimnastyki w szkołach tych dzieci, u których wykrywa się organiczną, bądź czynnościową wadę serca. Pomijając częstość omyłek dagnostycznych, należy stwierdzić, że dobrze wyrównane wady zastawkowe nie stanowią bezwzględnie przeciwwskazania do ćwiczeń prowadzonych pod nadzorem — a zaburzenia funkcjonalne dają się leczyć ćwiczeniami. Bardzo odpowiedzialną jest rola lekarza, do którego zwraca się inteligent znużony pracą zawodową lub neurastenik i stawia zapytanie, jak ma spędzić wakacje, czy wolno mu chodzić po górach, wiosłować, polować i t. d. Tu



STADJON C. S. W.
G. i P. W POZNANIU
ZDJĘCIE Z MODELU,



NARCIARZE IDA.



bowiem, prócz danych konstytucjonalnych — trzeba uwzględnić wpływ psychiczny obcowania z naturą, wpływ, który często jest niesłychanie dobroczynny. Nietrudno zgadnąć, że odpowiedź na pytania, przytoczone wyżej, dla przykładu — można dać na podstawie: dokładnego zbadania ustroju według sposobów klinicznych; określenia choćby w przybliżeniu wydolności czynnościowej serca i układu nerwowego; orientowania się w typowym działaniu na organizmy różnych form ćwiczeń i wysiłków fizycznych. W większości przypadków wypadnie się liczyć nie tylko ze stroną jakościową ruchu, ale i z jego działaniem ilościowym. Niedarmo przecież nazwano tę czynność dozowaniem ćwiczeń.

Rozwój życia sportowego wysuwa potrzeba konsultacji, dawanej przez specjalistę-lekarza sportowego. Nie myślę w tej chwili o pracy naukowej, co już nieraz podnoszono, ale o zupełnie praktycznych radach lekarza, dobrego internisty (który musi być też nieco ortopedystą) — i jednocześnie znawcy sportu.

Nie wiem, czy — za przykładem zagranicy — powstanie rychło i u nas typ specjalisty tego rodzaju. Myślę atoli, że czekać na to nie trzeba i należałoby propagować myśl zakładania przez stowarzyszenia i gminy poradni sportowych, analogicznych do poradni zwalczających gruźlicę lub wenerję.

Zgłaszający się do poradni winien być zbadany dokładnie pod względem klinicznym, specjalnie co do czynności serca, płuc i nerek. Badanie ciśnienia krwi i ortodiaskopja stanowią niezbędne punkty badania. Wypyтany o tryb życia i o chęci w kierunku ćwiczeń fizycznych — otrzymuje zalecenia, opinje i t. d. Oczywiście pożądanę jest, aby

klient zgłaszał się regularnie co pewien czas do badań kontrolnych.

Zdaje mi się, że stworzenie sieci takich poradni sportowych dałoby wielkie korzyści dla higieny społecznej i eugeniki.

Rola sportu w walce z klęskami społecznymi.

Taktyka higieny społecznej w walce z chorobami zakaźnymi posilkuje się trzema manewrami. Najprostszy, to uchylanie się od zetknięcia z zarazkami, unikanie miejsc, towarzystwa i okoliczności niebezpiecznych; drugi sposób to atakowanie zarazków tam, gdzie dosięgnąć je tylko można, niszczenie zapomocą odkażania, utrudnianie im życia i koncentracji przez urządzenia i zabiegi sanitarne. Ponieważ oba te sposoby, dopiero co wymienione, nie wystarczają i bezpieczeństwa zagwarantować nie mogą, więc staramy się stosować trzeci manewr, który polega na skupianiu sił obronnych, co nazywamy uodpornieniem i co osiągamy za pomocą szczepionek i surowic ochronnych. Dzięki takiemu połączeniu metod defenzywnej z ofenzywną, dajemy sobie radę z wielu epidemjami, trapiącemi ludzkość od czasu do czasu, tu i owdzie.

Niestety, są choroby zakaźne endemiczne, stale nurtujące ludzkość i podcinające byt społeczeństw, choroby, przeciw którym surowic ochronnych nie posiadamy. Te choroby — prawdziwe klęski społeczne i narodowe — tem groźniejsze, że do ich zwalczania nie stosujemy taktyki uodporniania, — to gruźlica i choroby weneryczne.

Widzimy, jak pomimo wszelkich wysiłków terapeutów i higienistów gruźlica uszczupla nam zasób rekruta, widzimy też, że zabiegi policyjno-lekarskie nie są w stanie położyć tamy ohydzie chorób wenerycznych.

Tem skwapliwiej myśl powraca do metody uodporniania. Czyż położenie jest w tym względzie beznadziejne? Czyż niema sposobu uodpornienia się przeciw plagom wymienionym?

Otóż, co do gruźlicy, możność taka istnieje. Siły obronne organizmów udaje się zwiększyć, choć nie zapomocą szczepionki, ani surowicy, ale przy użyciu środków fizycznych, które podnoszą potencjał życiowy.

Odżywianie obfite, słońce, powietrze, oto co znakomite daje rezultaty w leczeniu gruźlicy. Te same środki z dodatkiem gimnastyki wychowawczej ratują od popadnięcia w gruźlicę młodzież obciążoną usposobieniem suchotniczem. I wreszcie te same środki fizyczne wraz z ruchem fizycznym w postaci sportu czekają na to, aby stać się własnością ogółu i odegrać rolę pierwszorzędną w uodpornianiu społeczeństwa przeciwko infekcji tuberkulicznej. Dziwić się tylko można, że nasza oficjalna higjena publiczna tak powoli przejmuje się zrozumieniem prawdy, która wydaje się być oczywistą, że lepiej jest wydawać pieniądze na boiska, niż na sanatorja.

Jakiż jest nasz arsenał w zwalczaniu chorób wenerycznych, i czy mamy w stosunku do nich jakąkolwiek metodę uodporniania? Liczę: leczenie i rejestrowanie chorych, reglamentacja, lekarski i policyjny nadzór nad prostytutcją, profilaktyka osobista, wreszcie uświadamianie o niebezpieczeństwach pozamałżeńskiego życia płciowego i propaganda abstynencji. Środków dużo, ale wyniki ich niewystarczające. Większość tych środków polega na omijaniu niebezpieczeństwa; ale ono bywa ukryte i z ukrycia aż nazbyt często razi niebaczných.

Tak zwane uświadamianie ma przerazić zainteresowanych; t. zw. wychowanie seksualne ma odwrócić zaciekawienie młodzieży od przyczyny,

jaką jest popęd płciowy, — do skutku — t. j. owocu i jego rozwoju. Jedno i drugie rzadko się udaje. Uświadomieni ulegają pokusom, może rzadziej lub później, ale ulegają. Propaganda abstynencji wyrozumowanej, zawieszona na pajęczynie werbalizmu, nie postawiona mocno na cokół konkretnych celów i praktycznych korzyści, a zato rozwijana w atmosferze sensualizmu wielkomiejskiego życia, też nie wiele wskórać może. Uodpornienie moralne nie jest pewne. Choroby weneryczne szerzą się. Instykt płciowy, przedwcześnie rozbudzony, błądzi po manowcach. Wśród młodzieży akademickiej 85% nie dochowuje abstynencji płciowej, a 40% doświadcza, co to jest cierpienie weneryczne (dane Z. S. Kowalskiego r. 1898). Nierzadkie są zapadnięcia na choroby te chłopców nieletnich. Prócz tego, ofiarą nałogów samotnych pada według obliczeń przybliżonych 50—80% młodzieży w wieku dojrzewania.

Widocznie cały arsenał jaki stosujemy nie zawiera środków dość skutecznych. Jakież są wobec tego widoki na przyszłość? Niewątpliwie i w tropieniu spirochet i gonokoków można robić dalsze postępy — zdaje się jednak być niewątpliwym, że decydujące rezultaty osiągnąć pozwoli raczej oddziaływanie w znaczniejszej niż dotąd mierze i w inny jeszcze niż dotychczas sposób już nie na chorych, a na tych co są zdrowi. Chorym należyte starania i dozór pozostawiamy. Zdrowych będziemy starali się uodpornić przeciwko pokusom zmysłowym.

Oczywiście punkt ciężkości leżeć będzie w wychowaniu. Czy tylko moralnem? Rzućmy okiem tam gdzie system wychowawczy i tryb życia jest inny niż u nas, — jak tam przedstawia się życie płciowe młodzieży?

Otóż ankiety angielskie mówią, że na 1000 studentów angielskich tylko pięciu nie mogło po-

szczyć się niewinnością. Prof. Piasecki w pracy swej „Wychowanie fizyczne w uniwersytetach” wypowiada przeświadczenie, że „wyższa moralność płciowa młodzieży angielskiej, tłumaczy się nietylko postawą społeczeństwa angielskiego, które rozputy nie toleruje i nie podziela rozpowszechnionego u nas przesądu o szkodliwości abstynencji płciowej młodzieńców, ani też samem życiem życiem bardziej uporządkowanym i karnem w College. Popęd płciowy pozostaje silnym popędem mimo tych warunków, a młody anglik spożywając mięso trzy razy w dniu nie osłabia go bynajmniej lecz wzmacnia. Ale ruch energiczny pod gołym niebem daje mu znakomitą derywację”.

To odnosi się do młodzieży studjującej. Wiadomo, że w wojsku szczególnie podczas wojny choroby weneryczne szerzą się zatrważająco. Otóż w korpusie amerykańskim, który działał we Francji, odsetka wenerji była o wiele niższa niż w armjach innych. Oddając sprawiedliwość energicznej akcji profilaktycznej, jaka tam była prowadzona, jednak musimy zauważyć, że armja amerykańska hołdowała gorliwie sportom i miała wzorowo zorganizowane życie kulturalne żołnierzy. Zresztą zauważono to już w wielu oddziałach wojskowych nie amerykańskich i w różnych środowiskach młodzieży, że wprowadzenie kulturalnych rozrywek, a szczególnie ćwiczeń sportowych wywołało nagły spadek częstości zapadnięć na choroby weneryczne.

Stwierdzając więc na podstawie danych nie budzących wątpliwości, że rozpowszechnienie sportów odbija się odwrotnie proporcjonalnie na panowaniu chorób wenerycznych, łatwo dostrzeżemy, że uprawianie sportów świadczy znakomite usługi we wszystkich momentach tej akcji, która najsukuczniej zabezpiecza od następstw folgowania zmysłom. Momenty owe są następujące:

odwrócenie od okazji do zetknięcia się z prostytutką, od wszelkich rozrywek zatrutych nią (kawiarnie wielkomijskie, kina, teatryki i t. p.) oraz od używania alkoholu.

usunięcie podniecenia seksualnego. Skierowanie energii w innym kierunku.

poddanie instynktów pod władzę woli świadomej.

rozbudzenie zainteresowań, utrwalenie zamiłowań i stworzenie takiego życia wewnętrznego, które jedynie może zapewnić stan odporności na tentacje zmysłowe przygodne.

Pierwszy moment znajduje się w sferze działania praw fizycznych, drugi fizjologicznych, trzeci psychicznych.

Po kolei odpowiem co za skutki dla życia płciowego może mieć w każdej ze sfer wymienionych uprawianie sportu.

A więc, po pierwsze, sport wręcz fizycznie odciąga młodzież od knajpy i od ulicy. Nie można przecież jednocześnie być i na boisku i w kawiarni; jest to fizycznym niepodobieństwem. Im więcej boisk założymy, tem mniej chłopców wałęsać się będzie po ulicach zawierając doraźne znajomości. Dochodzi tu jeszcze nader ważna okoliczność. Sportowcy nie piją alkoholów. Nikt im zresztą nie może zabronić pić. Ale poprostu kto pije — ten szybko przestaje być sportowcem — bo traci „formę” sportową. I to skuteczniej powstrzymuje od picia, niż złotousta propaganda trzeźwości, wisząca w powietrzu, a żądająca uroczyście przyrzeczeń i wyrzeczeń się. Kto zważy nikczemne pośrednictwo alkoholu w nabywaniu chorób wenerycznych — (podług Forela 75% zakażeń wenerycznych następuje w stanie podochocenia alkoholem) oceni należycie wartość sportowej abstynencji od wódek.

Podobnie także jest z powściągliwością seksualną; ambicja sportowa nie godzi się z folgowaniem zmysłom. Albo — albo! Rezultaty sportowe to liczby. I to wiele mówiące. Każdy kieliszek, wieczór źle spędzony, każde szafowanie energią nerwową, i już chronometr to zauważy, a sędzia sportowy zarejestruje. Skutki są doraźne, widoczne — fizyczne, składają się w czasie i w przestrzeni, mówią wyraźnie językiem cyfr.

W Niemczech sport dokazał tego, że rozpiciaczona studenterja poniechała libacyj, a nieposiadanie kochanki przestało oficera okrywać śmiesznością.

Sport jest zaciętym wrogiem pijactwa i rozpusty — fizycznie wprost wypycha te obyczaje z obrębu życia młodzieży. Zajmuje czas, który inaczej — mógłby być spędzony w sposób wątpliwy dla zdrowia fizycznego i moralnego, — prowadzi do miejsc oświetlonych słońcem, a nie elektrycznością lub gazem, do przestrzeni otwartych, położonych wśród zieleni, pełnych tlenu życiodajnego i radości.

Fizjologiczną przyczyną wzmożonej pobudliwości jest tryb życia sedentarny, do którego jeszcze i dzisiaj przeciążenie szkolne młodzież zmusza. Wskutek braku ruchu i powierzchownego oddychania, wytwarza się przekrwienie w okolicach narządów płciowych, wywołujące ich podrażnienie i wszelkie dalsze tego skutki. Na to przecież żadne perswazje, ani lekcje uświadamiające nie pomogą! Tylko ruch jeden! Zabawy na otwartem powietrzu, gry ruchowe — sport wreszcie dla danego wieku odpowiedni, bo te zajęcia popędzą krew do płuc, do rąk, do nóg, a odciągną od brzucha i od głowy. Takie oto jest *fizjologiczne* zwalczanie zmysłowości zapomocą sportu!

Ta sama energia, która przedwcześnie wyładowana na drodze zmysłowej marnuje się i po-

tencję życiową obniża, może być zużytkowana pożytecznie w innej sferze życia i obrócona nawet na pomnażanie władz fizycznych lub duchowych. Zacytuje Payota (Kształcenie Woli), według którego: „w fizjologii tak samo, jak w budzecie, możliwymi są przelewy funduszków, można też sumy nieużytkowane zapisać w innej rubryce. Należy tu odnaleźć pewien system równoważenia i jakimkolwiek będzie źródło siły nadmiernej, znużenie jakiegokolwiek rodzaju pochłonie ją i zniszczy”.

Pogląd ten jest o tyle słuszny, że ruch mięśniowy jest istotnie źródłem realnych doznań przyjemnych. Tissie („L'éducation physique et la Race”) dowodzi, że pierwsze doznania przyjemne płodu, które później w życiu psychicznym dadzą znać o sobie, powstają w mięśniach przy pierwszych ruchach wyprostnych. Cechą fizjologiczną mięśni jest fazowość ich pracy, składająca się ze skurczów i rozkurczów. Związek ścisły ośrodków nerwowych z komórkami mięśniowymi sprawia, że długotrwałe pozostawanie w skuleniu wytwarza stan niewygodny, który utrwała się w psychicznej sferze mózgowia, jako doznanie przykre. Przeciwnie, ruch włókien mięśniowych, ich rozciąganie się, układ nerwowy ośrodkowy rejestruje, jako przeżycia o charakterze przyjemnym.

Sport mógłby z łatwością dostarczyć dowodów, że istnieje specjalna rozkosz pracy mięśniowej, dochodząca do upojenia szybkością ruchu lub jego rytmem. Stąd to zapewne źródło bierze zajadłość jeźdźców, rowerzystów, taniec do upadłego i t. p. W każdym razie, zadowolenie, osiągnięte z ruchu i pracy mięśniowej, jest zjawiskiem, nie ulegającym wątpliwości, realnem. I wydaje się, że ono może zastąpić zadowolenie natury płciowej. Ale nie, jak mylnie sądzą, przez przytłumianie „głosu krwi”, instynktu zapomocą zmęczenia. Poprostu przez otwo-

rzenie innego okna na świat zewnętrzny. Zachodzi tu rzeczywiste zastępstwo jednego rodzaju zadowolenia przez inny.

Sfera płciowa pobudzana jest nietylko na drodze, wiodącej przez narządy specjalnie jej służące, lecz również przez mózg. Zmysłowość jest cechą normalną istot żyjących, Chodzi tylko o to, aby nie dochodziła do głosu przedwcześnie i niepotrzebnie, aby nie wyłamywała się z pod władzy woli świadomej.

Jednak nasze życie kulturalne, a już szczególnie wielkomięjskie, sprzyja rozbudzeniu wczesnemu zmysłowości. U młodzieży wraz z dojrzewaniem pojawia się ochota do naśladowania dorosłych. Wojna poniekąd zaspakaja te skłonności. Na wsi pewien upust temu popędowi daje wczesne branie podrostków do pracy ciężkiej, zwykle wykonywanej przez starszych. W mieście i w czasach pokoju przedział między trybem życia młodzieży, a życiem dorosłych, jest większy. Istnieje atoli dziedzina, w której chłopiec łatwo może udawać dorosłego. To dziedzina erotyzmu. Otóż wielką usługę młodzieży oddać jest w możności sport—choć nie porywa się do walki wręcz z czynnikami, podniecającymi imaginację oraz erotyzm, — dlatego że poprostu ofiaruje inną dziedzinę, w której młodzieniec może upodobnić się do człowieka dorosłego, arenę także walki—choć nie orężnej—boisko sportowe.

Mądrze apeluje do męskości harcerstwo przy zwalczaniu najbardziej ukrywanego grzechu młodzieży, gdy zwraca się do niej tak: „palenie, picie i gra są grzechami mężów i dlatego nęcą niektórych chłopców, ale „tamto” nie jest grzechem mężów. Mąż może tylko wzgardę mieć dla niedołągów“.

Nie oto chodzi, aby zmysłowość zabić, ani przytłumić, a tylko o to, żeby ją podporządkować psychizmowi. Moralność podług L. Weilera jest kodyfikacją konieczności fizjologicznych i psychologicznych, narzucających się istotom pojedynczym lub zbiorowym pod groźbą zniknięcia i śmierci. Pożądanie zmysłowe nie powinno być instynktem, błędzającym samopas. Zadaniem wychowania jest wytworzyć pewną odporność moralną na pokusy zmysłowe, ale cel ten osiągnąć można tylko przez łączne zastosowanie metod wychowania etycznego i wychowania fizycznego.

Że wola, aby była pożyteczną społecznie-musi być sługą pojęć moralnych, to wszyscy wiedzą. Mniej pamiętamy o tem, że w życiu praktycznem moralność nabiera wartości dopiero dzięki woli. A wola niczem nie jest podobna do natchnienia, przychodzącego niewiadomo jak i skąd. Znamy dobrze jej siedlisko anatomiczne: to przednia część mózgu, przeznaczona do wyższych funkcji psychicznych. Znamy też jej sąsiedztwa i to wiemy, że między przednią częścią mózgu — psychiczną, a tylną — siedliskiem czynności życiowych i instynktów — leży część mózgu, zawiadująca życiem ruchowem, pośrednicząca między psychizmem, a popędami. To, co trafnie już J. J. Rousseau określił, gdy pisał, iż: „im ciało silniejsze, tem jest powolniejszym sługą woli, im słabsze — tem łatwiej górę bierze nad duchem” — nam jasno się przedstawia w świetle, rzuconem przez postęp psychofizjologii, jako rola wychowania fizycznego w wychowaniu etycznym. Siła popędu do utrwalenia rodzaju jest odwrotnie proporcjonalna do ustąpienia rozwoju, to znaczy, im niższe miejsce zajmują organizmy, tem bardziej ów popęd pochłania inne; im wyższe — tem większa

rola popędów innych. U człowieka wola zaprowadza ład wśród popędów.

Chcieć jest to właściwie poczuwać się do możliwości wykonania. Jeżeli brak mi tego poczucia wykonalności, to mogę pragnąć czegoś, marzyć o czymś, ale nie *chcę*. W sporcie chcenie jest zarazem świadomością środków wykonawczych, jest poczuciem siły i władzy, panowania nad sobą, nad koniem, zwierzyną, szczytem górskim, przestrzenią. Impuls sportowy nie ma pochodzenia zwierzęcego. Zwierzęta bawią się, ale sport to co innego, to coś znacznie więcej, niż zabawa — to dążenie do potęgi, do doskonałości. Sport zatem jest funkcją człowieczeństwa.

Wszystkie czynniki, które osłabiają psychizm wyższy: rozumowanie, ośrodki hamujące i wolę, popuszczają cugli popędowi niższemu. Takim właśnie czynnikiem obok alkoholu jest znużenie. Zarówno wysiłki cielesne, jak przejścia moralne, powodują znużenie, które przyćmiewa psychizm wyższy. Stąd pobudliwość płciowa naszej młodzieży szkolnej. Stąd zmysłowość neurasteników.

Zmęczenie znosi kontrolę rozumu i osłabia wolę, może przeto być powodem różnorodnych wybryków, podszeptanych przez popęd zmysłowy. Jakże często popełniają gwałty wojska, utrudzone marszami i zgnębione niepowodzeniem, a szczególnie maruderzy, a więc ci właśnie, którzy z powodu znużenia, nie są w stanie, albo wskutek braku poczucia obowiązku i dyscypliny nie starają się dotrzymać kroku swym oddziałom.

Znają dowódcy to prawo psychiczne, bo gdy mają do czynienia na wojnie z oddziałami, w których rozprzęgła się karność, to przedewszystkiem dają im wypocząć, wyspać się, a potem już z łatwością ujmują w żelazne karby dyscypliny.

U neurasteników psychizm wyższy nie posiada władzy dostatecznej nad instyktami cielesnymi. Otóż sport stawia ich psychikę w pierwotniejsze warunki działania, daje jej względny wypoczynek, który to sprawia, że przywróconym być może normalny stosunek hierarchji sfer psychicznych.

Psychika sportu, która jest zjawiskiem złożonym, ma dominujący ton—współzawodnictwo. Ten tak naturalny w przyrodzie bodziec realnie jest związany zapomocą woli z aparatem mięśniowym. A tego związku właśnie brak w codziennem życiu cywilizowanych, i to tłumaczy, dlaczego sport staje się zjawiskiem społecznym, jako konieczność psychofizjologiczna, narzucająca się społeczności kulturalnej.

H. Spencer, pomimo szczerych chęci, nie przysłużył się dobrze ćwiczeniom fizycznym, jako metodzie wychowawczej — przez swe słowa, że naród powinien się składać z dobrze rozwiniętych zwierząt-ludzi. Była to, oczywiście nieco za gorąca reakcja na panującą w wychowaniu obojętność dla spraw ciała. Ależ to właśnie utrzymuje ogół przy lekceważeniu wychowania fizycznego i sportu, że czynności takie uważane są bądź za rozrywkę godziwą, bądź za ćwiczenia higjeniczne i — koniec. O tem, że ćwiczenia ruchowe należą tyleż do psychologii, co do fizjologii i higieny, albo nie wie się, albo nie pamięta. Atoli chyba wolno mieć nadzieję, że wraz z upowszechnieniem się świadomości, iż ruch wpływa na tworzenie pojęć i buduje charakter, nastąpi oficjalne uznanie sportu za jeden ze środków, i to nie ostatni, — wychowania narodowego.

Może być sport lekarstwem na znużenie psychiczne, na rozprężenie moralne, a w ten sposób przyczyniać się do wytworzenia stanu odporności moralnej na pokusy zmysłowe. Można tu dodać

zastrzeżenie, że nadużycia sportowe ze swej strony prowadzić mogą do znużenia wraz z jego skutkami psychicznymi.

Wytworzenie odporności moralnej! Co za ogromne zadanie! Oczywiście, że środkiem tej odporności będzie wychowanie etyczne, tylko o to chodzi, że etyki nikomu ofiarować nie można w prezencie. Każdy sam sobie wyrobić ją musi; miał rację ojciec angielskiego wychowania sportowego, książk Tomasz Arnold, gdy twierdził, że młodzież etykę swą sama sobie buduje z materiałów, jakie ma do dyspozycji, i że w tej pracy twórczej nikomu się nie da zastąpić.

Pedagogia aktywistyczna, dopomagająca młodzieży do budowania sobie światopoglądu i etyki, jedynie słuszna, posiłkować się musi sportem, jako czynnikiem absolutnie koniecznym, który nie rości sobie bynajmniej pretensji do górowania nad nauką książkową, ani tembardziej do zastąpienia dogmatów moralnych — żąda tylko równouprawnienia

Zainteresowania, upodobania, jeżeli mają trwale skierowywać młodzież do rzeczy wzniosłych, muszą być dziełem przeżyć. Sport daje tysiąc okazji po temu.

Najpilniejsze zadanie Komitetów W. F.

Wszyscy więc chyba zgodzą się na to, że młodzież powinna uprawiać ćwiczenia fizyczne, aby zdobywać siły, pogodę ducha i urobienie społeczne. Takie są bowiem skutki uprawiania gimnastyki, zabaw i gier ruchowych oraz sportów. Wiemy i to także, że cała młodzież tego trybu wychowawczego potrzebuje, a nie tylko młodzież szkolna. Więc również ta, która po opuszczeniu szkoły powszechnej ima się pracy zawodowej, zapełnia fabryki, warsztaty, magazyny i pracuje na roli.

Zbędne też chyba przypomnieć, że pod względem ćwiczeń fizycznych nie powinny być upośledzone dziewczęta. Przeciwnie należy bodaj więcej niemi się zająć niż chłopcami, bo ci z powodu większej przedsiębiorczości, a łatwiejszego wyłamania się z krępujących rygorów — rychlej i częściej stwarzają sobie okazję do oddawania się rozrywkom ruchowym.

I jeszcze jedno: szkoły dające dziatwie i młodzieży choć trochę ćwiczeń fizycznych zamykają swe klasy na lato: czyli na okres najkorzystniejszy w naszym klimacie do ćwiczeń na wolnym powietrzu. na okres pozatem, kiedy działanie słońca jest najżywsze, co stwierdzamy naocznie jeśli mierzymy i ważymy młodzież regularnie. Wtedy widzimy, że w okresie letnim najwięcej młodzież rośnie i przybywa jej wagi. Nie powinno nas to dziwić, boć przecież dzięki słońcu drzewa okrywają się liśćmi, dzięki promieniom jego życiodajnym rozwijają się kwiaty, zboża rosną. Człowiek nie stanowi pod tym względem wyjątku w przyrodzie, i dlatego młody człowiek rosnący, rośnie głównie w okresie ciepłym i słonecznym roku. Potrzebę ruchu uwzględniają dzisiejsze programy szkolne. Może niedostatecznie, może nie wszystkie szkoły stosują się do wskazówek ministerstwa. W każdym razie zasada jest wypowiedziana. Brzmi ona: obowiązkiem szkoły jest dać ogólne wychowanie, a więc nie tylko wykształcenie umysłu, ugruntowanie pojęć moralnych, ale też bodźce do rozwoju cielesnego i związane z nimi wpływy na charakter i usposobienie społeczne.

Jednak stwierdzamy z łatwością, że szkoła nie wystarcza dla powodów już wyżej wyłuszczonych. Musi więc zjawić się na scenie jakaś instytucja społeczna, która zajmie się młodzieżą nie szkolną, dopomoże władzom szkolnym do zrealizowania

wskazówek ministerjalnych i wreszcie zajmie się specjalnie wykorzystaniem lata, właśnie tego okresu, gdy szkoły są nieczynne.

Tą instytucją są Komitety W. F. i P. W., które w r. 1927 zreformowano, upraszczając ich konstrukcję zgodnie z doświadczeniem, które wykazało, że Komitety te z powodu swej ociążałości przeważnie mało pracowały, a chciały się uważać raczej za ciała reprezentacyjne.

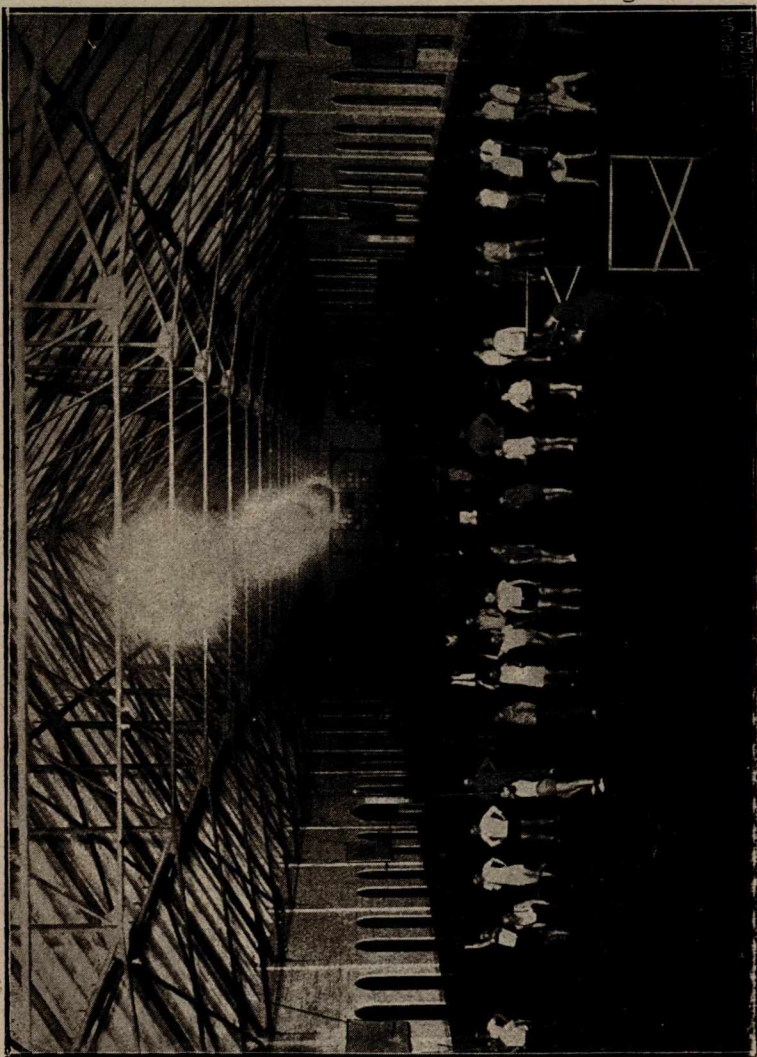
Reforma dokonana zapewne Komitety uczyni bardziej sprawnymi. Skoro jednak ma się działać, to trzeba wiedzieć co robić. Chodzi o plan pracy i to plan na czas najbliższy.

Młodzieży nie potrzeba zachęcać do ćwiczeń fizycznych. Ona sama się do nich garnie. Ale młodzież chcąc ćwiczyć niema gdzie ćwiczyć. Pierwsze tedy nasze zadanie dotyczy terenów ćwiczebnych. To jest to najważniejsze, co mają do zrobienia Komitety lokalne, powiatowe, a już szczególnie miejskie. Członkowie tych Komitetów winni zbadać warunki terenowe swoich okręgów działania i uzyskać oddanie wszelkich odpowiednich placów na potrzeby wychowawcze młodzieży. Pamiętać przytem trzeba, że tereny dla naszego celu nie mogą być oddalone od osiedlisk. W miastach np. każda dzielnica potrzebuje w swoich granicach takich placów. I rzeczywiście przestrzenie wolne są. Bywają to niezabudowane jeszcze place, skwery, czasem gazony, które zakładano ku ozdobie miasta. Czy nie jest jednak najlepszą ozdobą miasta rój młodzieży zabawiającej się jakąś grą sportową?

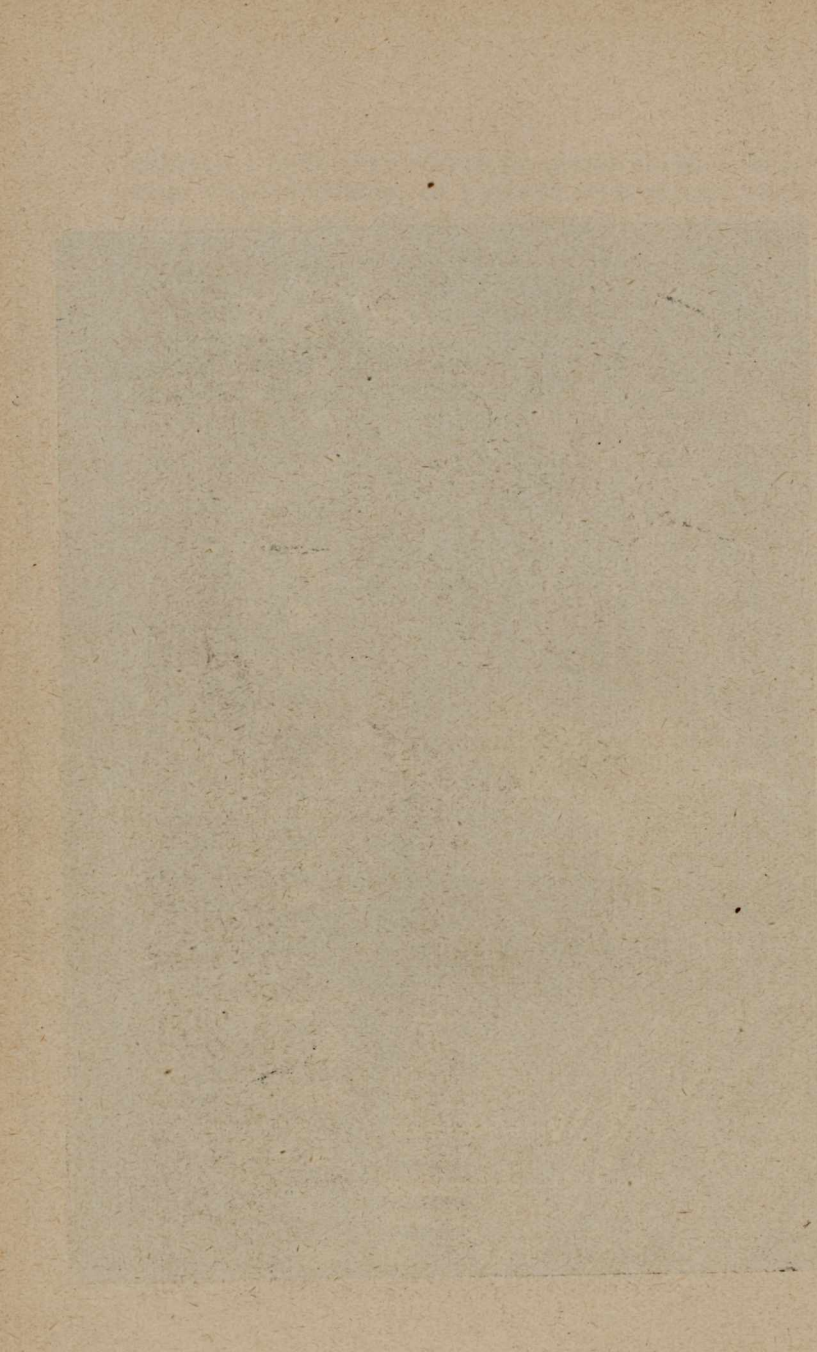
Oczywiście uzyskanie terenów dla ćwiczeń ruchowych nie może się obyć bez współdziałania zarządów gmin i osób prywatnych. Często mogą przyjść tu z pomocą instytucje rządowe. Zadaniem więc Komitetów będzie nakłanianie władz komu-

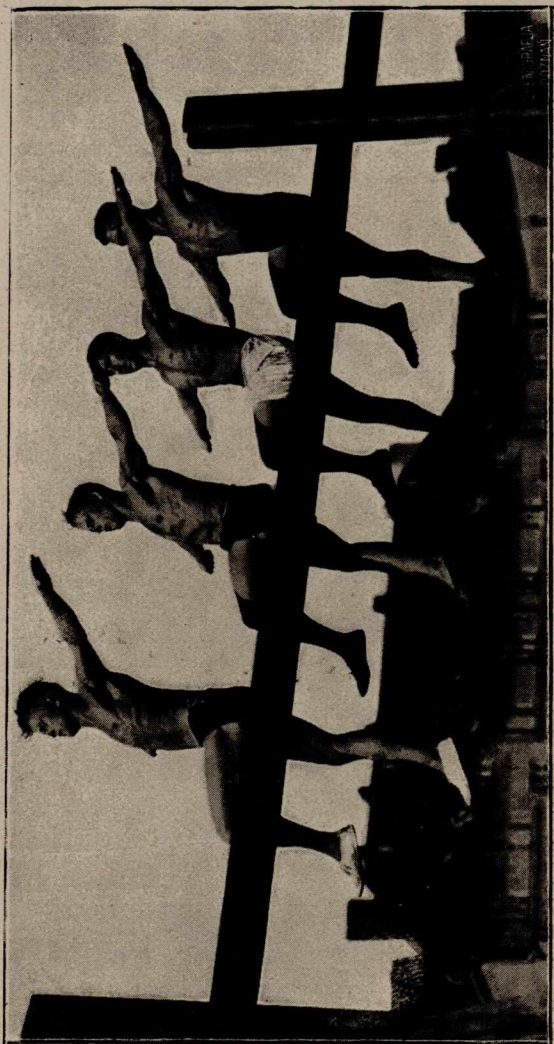
nalnych i osób prywatnych do energicznego, a ófiarnego współdziałania, co pozwoli wykorzystać wiele terenów leżących dziś bezużytecznie, a nawet zdobyć całkiem nowe.

Może nie będzie zbędnem zaznaczyć, że nie chodzi w tej chwili o budowę stadjonów wielkich z trybunami i t. d. Nie powiem, że nie są one potrzebne. Owszem, ale nie są najpilniejsze. Najgwałtowniej potrzeba nam placów. Prostu placów ogrodzonych jakkolwiek, aby widzowie zbytnio nie przeszkadzali. Plac nawet niewielki już wystarcza, aby na nim ustawić siatkę do piłki latającej, kosze do piłki koszykowej i rozpocząć wielką zaiste pracę wychowania i uspołeczniania młodzieży, należącej do sfer najbiedniejszych i najmniej uspołecznionych. Sądzę, że w planie pracy na najbliższą przyszłość dobrze byłoby zastosować metodę koncentracji wysiłku. Nie rozpraszać się na różne przedsięwzięcia, popieranie różnych gałęzi sportu. Sportowcy są ludźmi energicznymi, jakoś jeszcze dadzą sobie radę. Za to zająć się trzeba najmniejszymi i najmniej możliwymi. Postawmy sobie w programie pracy na lata najbliższe propagandę gier ruchowych. Będzie to najłatwiejsze do osiągnięcia, a jednocześnie najpożyteczniejsze, bo gry zbiorowe działają wybitnie uspołeczniająco przy całej swej wielkiej wartości dla zdrowia i wyrobienia sprawności ustroju. Również i sprawa kierownictwa przy grach takich jak siatkówka i koszykówka, już nie mówiąc o palancie, kwadrancie i innych bardzo cennych grach ruchowych — upraszcza się znakomicie. Podczas gdy prowadzenie gimnastyki jest rzeczą trudną, kierowanie zaprawą sportową też wymaga dużej znajomości przedmiotu, której nie zdobywa się w krótkim czasie, można przygotować osoby inteligentne do kierowania grami wymienionymi w ciągu 20—30 godzin.

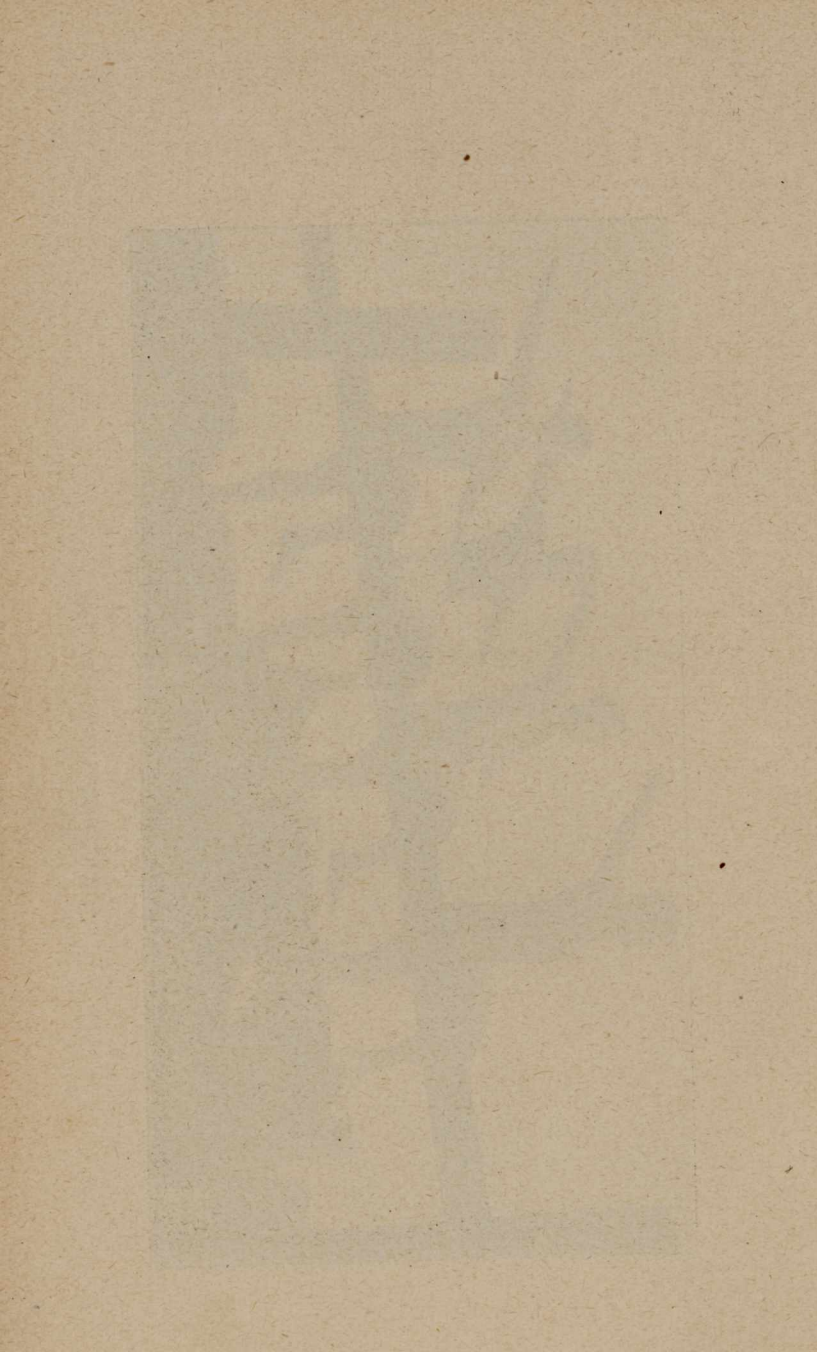


HALA ĆWICZEBNA W CENTR. WOJSKOWEJ SZKOLE GIM. I SPORTOW (POZNAŃ).





ĆWICZENIE GIMNASTYCZNE.



Środki materialne potrzebne na puszczenie w ruch jakichś 20-tu takich placów są wprost nikłe dla budżetu gminnego, już biorąc pod uwagę, że i kierownik otrzyma wynagrodzenie za swoją pracę.

Gminy uważają za swój obowiązek zakładać instytucje dobroczynne opiekuńcze, oświatowe i lecznicze. Najwyższy czas, aby do tych niewątpliwie szczytnych zadań dołączono wychowanie fizyczne szerokich mas młodzieży. Wychowanie bowiem t. z. fizyczne, jest jednocześnie wychowaniem moralnym i społecznym.

O podstawach przysposobienia wojskowego.

Organizacja armji nie przedstawia pod pewnym względem żadnych wątpliwości. Pod tym mianowicie, że siła zbrojna Państwa w przyszłości, jak i w tej wielkiej wojnie, opierać się będzie na powszechnej gotowości do mobilizacji. Wytwórnice, całe gospodarstwo społeczne, drogi komunikacyjne, magazyny — wszystko to idzie w służbę armji, gdy wojna wybucha i owa mobilizacja przemysłu oraz całego w gruncie rzeczy życia publicznego musi być z góry obmyślana i przygotowana. Ale przede wszystkim oczywiście przygotowani muszą być ludzie, ten materiał ludzki, który zapełni nam nie tylko bataljony i szwadrony, ale który czy to w armji, czy w społeczeństwie zajmie postereunek mu przez wojnę wyznaczony i tam chlubnie obowiązek swój spełni. Pod tym kątem widzenia szczególnej wagi dla nas wojskowych nabiera kwestja wychowania publicznego. Musimy się nie tylko interesować nią, ale skoro armja odpowiada przed społeczeństwem za całość i potęgę Rzeczypospolitej to uzyskuje prawo wejrzenia w plan wychowawczy rządu i zażądania, aby metody pedagogiczne były uzgodnione z potrzebami siły zbrojnej Państwa.

Zresztą nie będą to zgoła żadne nowatorskie idee. Wzgląd na przygotowanie do żołnierki dominował w szkołach Grecji starożytnej, a i w czasach nowszych duch wojny nieraz wtrącał się do spraw wychowawczych, czasem zupełnie nowe stwarzając metody pedagogiczne. Gdy jednak idea nową nie jest — to zjawia się ona w świetle nowem, bo z jednej strony w blasku nowożytnych pojęć pedagogicznych, z drugiej strony z ogromnym zasobem doświadczeń poczynionych w czasach ostatnich przed wojną i wreszcie podczas kilku lat wojennych. W tym też porządku postępować będziemy wykładając najpierw czego od młodzieży wstępującej do wojska oczekiwać mamy, a potem przegląd czyniąc prób, jakie w różnych krajach porobiono.

„Každy obywatel we wszystkich krajach, ale osobliwie w Rzeczypospolitej żołnierzem, to jest obrońcą ojczyzny swojej być powinien”. Uprzemysłowanie wojny nowożytnej nic nie umniejsza wartości człowieka — a właśnie rozszerza znakomicie pojęcie obrońcy Ojczyzny do tego stopnia, że jeśli zapomnimy o zewnętrznych oznakach — granica między żołnierzem — obrońcą granicy, a obywatelem — obrońcą Ojczyzny zaciera się. Bo broni i zwycięża nietylko ten, co z bronią w rękę stoi w polu, ale i ten co broń kuje lub ją sprowadza, ten co karmi żołnierza i zaopatruje go we wszystkie dziwy nowożytnej techniki wojennej, a krajowi ułatwia przetrwanie kryzysu. Nawet w samej armji nie wszyscy walczą orężnie. Policzmy ilu pracuje nad organizacją, administracją — weźmy wszystkie służby pomocnicze. Gdy porachujemy, to okaże się, że conajmniej tyluż pracuje na tyłach ilu stawa w linii ognia. I czy troska nasza o przygotowanie tych pracowników armji do spełnienia obowiązku miałaby mniejszą być, niż o wyćwiczenie

wojowników? Bynajmniej: wszakże od ich to sumiennosci, nieraz odwagi, a zawsze energii zależy wyposażenie wojska, zaopatrywanie, żywienie, opieka sanitarna i t. p. Im też potrzebna jest tężyzna ciała i ducha, aby sproścali swym zadaniom, czasem bodaj jeszcze cięższym niż zadania „linjowych”. Znow też, kto staje oko w oko z nieprzyjacielem—winien posiadać jeszcze pewne specjalne zdolności i umiejętności prócz cnót ciała i charakteru, o których wyżej była mowa. Zanalizujmy warunki bojowe, te mianowicie, które dotyczą bezpośrednio każdego słuźącego w polu. Elementy, które wysuną się na plan pierwszy są następujące: niebezpieczeństwo, wysiłki fizyczne, niepewność losu, Niebezpieczeństwu i głosowi samoochrony żołnierz przeciwstawi męstwo, energję w działaniu. Wysiłki fizyczne wykonywać będzie dzięki wytrwałości opartej na zdrowiu i sprawności. Niepewność losu—natrafi na epokę głęboko wrodzonego poczucia obowiązku. Przypadkom przeciwstawia się inicjatywa i równowaga duchowa.

Weźmy więc żołnierz linjowego, jako typ żołnierz najwyższy i sformułujmy dane, jakie potrzebne mu są do spełnienia godnie swej roli. Będą to dane następujące:

1. Zdrowie.
2. Sprawność.
3. Charakter.
4. Obycie z polem (czyli terenem, inaczej tym żywiołem, w którym żyje i obraca się żołnierz).
5. Znajomość służby wojskowej (użycia broni, służby polowej, musztry i t. p.

Zauważmy, że punkt piąty odnosi się bezpośrednio do żołnierz linjowego, że pierwsze cztery

punkty jednakowo ważne są dla wszystkich członków armji i wreszcie pierwsze trzy są tyleż cnotami wojskowemi, co obywatelskiemi. Nie można nie przytaknąć Williamowi James'owi, gdy powiada, że męstwo, karność i ofiarność, to opoka, na której stanąć musi nietylko armja ale i całe społeczeństwo.

Zastanówmy się teraz, jakiego czasu potrzeba, aby cechy wymienione w oddzielnych punktach rozwinąć w żołnierzu. Paragraf pierwszy wymienia zdrowie: jest oczywiste, że całe życie dziecka i młodzieńca decyduje o tym stanie zdrowia, w jakim poborowy zjawia się na komisję przyjmującą. I dla armji i dla bezpośrednio zainteresowanego rzecz to wagi olbrzymiej. Dalej mowa o sprawności, czyli umiejętnem władaniu narządami ruchu i umiejętnem używaniu narządów zmysłów — więc o spostrzeganiu. Sprawność decyduje o powodzeniu oddziałów w akcji i nieraz decyduje o zdrowiu i życiu żołnierza, ale tego, co na miano sprawności fizycznej zasługuje nie da się naturalnie osiągnąć w drodze i czasie wyszkolenia rekruckiego.

Tem bardziej powtórzyć wypada taki sam sąd, gdy chodzi o charakter. Prawda, że wojskowe metody szkolenia rekrutów mogą do pewnego stopnia przekształcić ich usposobienia w kierunku wymagań wojskowych, ale jaka to będzie zmiana powierzchowna i nietrwała, jeśli całe urabianie charakteru wojska ma się odbywać w wąskich ramach szkoły rekruckiej. Nie inaczej przedstawia się sprawa, gdy mowa o obyciu z terenem, z drogami, przestrzenią, odległościami. Jakże inaczej czuje się w kampanji człowiek, zorientowany w przestrzeni, trafnie oceniający odległości, znający las i wody, człowiek jednym słowem zżyty z przyrodą i umiejący czytać w jej księdze. A jak całkiem inaczej ten, co całą swą orientację opiera na przeczytanym, albo wykutym nawet podręczniku terenoznawstwa.

I wreszcie mamy punkt piąty, gdzie mowa o znajomości służby polowej i wogóle o ścisłej sztuce żołnierki. Wiadomo powszechnie, że te rzeczy dla kogoś, kto posiada dane określone w punktach poprzednich, są nader dostępne. Godzą się na to wszystkie powagi wojskowe. Z powszechności tego poglądu wynika, że znane wyrażenie: „dajcie nam ludzi zdrowych i dzielnych—a już my z nich sobie zrobimy żołnierzy” — przypisywane jest to temu, to owemu znakomitemu wodzowi.

Chciałbym zwrócić uwagę na zjawisko następujące, a często zaznaczające się w życiu armji w polu. Żołnierze bez względu na późniejsze ich użycie wszyscy przechodzą wyszkolenie rekruckie, wszyscy uczą się władania bronią i poruszania w terenie. Następnie jedni idą do oddziałów bojowych, inni do służb pomocniczych. Zdarza się atoli czasem konieczność użycia do boju żołnierzy z taborów, ordynansów i t. p. I wówczas okazuje się, że ludzie ci mają niewysoką wartość bojową. Jednak zdarzają się i w służbach pomocniczych jednostki, zadziwiające swą inicjatywą bojową i bystrą orientacją a niemal zawsze są to sportowcy. Widocznem więc jest, że ogólne przygotowanie ciała i ducha są to naprawdę trwałe podstawy działalności żołnierskiej, podczas gdy wyszkolenie rekruckie, gdy nie jest troskliwie podtrzymywane osuwa się i idzie w zapomnienie. A nie potrzeba dowodzić jaka ciężna ożywi armję, gdy cała masa ją stanowiąca będą to ludzie wyrobieni jak się należy co do sprawności psycho-fizycznej.

Reasumujemy zatem: zdrowie, sprawność i charakter—owe cnoty wszystkim potrzebne bez różnicy, trzeba hodować latami, przyczem w dążeniu do celu t. j. do przygotowania młodzieńca do żołnierki, wychowanie moralne i wychowanie fizyczne uzupełniają się wzajem.

Rzeczy to znane. Zapewne, ale czy i w życie wprowadzone? Otóż właśnie, że nie. Jeszcze i szkoły nie uczyniły wszystkiego, co uczynić winne i co niewątpliwie uczynią w przyszłości. Jeszcze miasta i gminy wiejskie nie dostarczyły młodzieży placów i parków zabawowych. Jeszcze rząd nie dał nam licznej rzeszy kierowników i instruktorów. Jeszcze inicjatywa społeczna nie rozlała się tak szeroko, aby rozpaść wśród młodzieży zamiłowanie do gier ruchowych i do sportu. Dlaczego tak się dzieje, dlaczego przystępujemy dopiero do reform i szerszej pracy w momencie, gdy w innych krajach szczęśliwszych, robota oddawna kipi? — Wiadomo. Ale też z podwójną energją musimy dzisiaj działać. Nie dawajmy się jeno pociągnąć pozorami, nie popełniamy błędów, które już inni popełnili, ale i porzucili dla drogi racjonalnej. Mówimy głośno, że chodzi nam o powszechne uzdolnienie do obrony ojczyzny, ale też powiedzmy, jak owo przygotowanie rozumiemy.

Tembardziej jest to konieczne, że przy niskim, niestety, u nas poziomie uświadczenia ogółu w sprawach związanych z wychowaniem fizycznym słyszy się słowa: militaryzacja szkoły, militaryzacja wychowania. Zadanie szkoły przygotować wychowanków do życia. Jeżeli to uczyni, młodzież tam otrzyma obok umysłowego niemniej staranne wychowanie fizyczne. Wojsko musi i będzie się interesowało budową szkoły i ma prawo żądać, aby wytknięta przez plan równowaga w ćwiczeniu umysłu i ciała była rzeczywistością, a nie słowem. Ale szkoła to dobiero część młodego pokolenia. Zapytuję, gdzie swój skarb zdrowia cielesnego i duchowego pomnaża, gdzie sprawności ćwiczy młodzież ta, która po wyjściu ze szkoły powszechnej zapełnia warsztaty, fabryki i kantory. Kto się nią opiekuje? Jest co prawda parę instytucji spo-

łecznych, działających w tym duchu, ale to kropla w morzu. Harcerstwo, ta przepiękna idea i organizacja zacna wysługuje się szkole średniej głównie, wyręczając ją w jej obowiązkach, więc niema już sił na pójście między ten ludek opuszczony: praktykantów, czeladników i terminatorów. Jednym słowem gros naszego kontygentu rekruta w okresie najniebezpieczniejszym, ale i najwdzięczniejszym do urabiania fizycznego i moralnego błąka się samopas. A pomyślny, ile by wygrała armja oraz gospodarstwo społeczne, gdyby ta młoda rzesza zagustowała w grach i zabawach ruchowych i nauczyła się w nich sumiennosci (fair play), gdyby w sporcie wolę i ambicję ćwiczyła, w wędrówkach po kraju i obozowaniu na łonie natury ukochała i poznała swą ziemię ojczystą. A dla nas najlepszym to będzie przygotowaniem militarnem młodego pokolenia, gdy otrzymamy rekruta wytrwałego w chodzeniu, umiejącego biegać, nie bojącego się ciemnego lasu i deszczu, a w grach i zabawach zdrowych zaprawionego do współdziałania, słuchania rozkazów i — rozkazywania.

Niedarmo pewien wybitny organizator armji angielskiej powiada: „Nie jesteśmy zadowoleni z naszego korpusu oficerskiego: większość naszych oficerów nie przykładła się za młodu do gier i zabaw sportowych, za to są oni pierwszorzędnymi matematykami“.

A przecież Anglja słusznie się szczyci swem wychowaniem sportowem, do którego schyłek wieku XIX. dodał scouting — harcerstwo, pomysł generała Baden-Powella, pomysł szczęśliwy nietylko dla Anglji. Historia ruchu harcerskiego jest dość znana. Ograniczę się więc przytoczeniem paru zdań twórcy harcerstwa:

„Chłopcy są podobni usposobieniem do młodych psiaków. Należy im dopomagać, ale niezawiele

i nie zawczasie, muszą się bowiem uczyć „sami”. Kluczem do ich umysłów jest nietylko sam przedmiot nauki, co sposób i warunki, w jakich nauka się odbywa. Panowie profesorzy mogą wymagać od swych uczniów uwagi wtedy tylko, gdy ich do uważania przygotowali. Krótko w odpowiedniej chwili wypowiedziana lekcja, np. przy ognisku lub w przerwie wśród zajęć czy rozrywek będzie skuteczniejsza, niż długie a nużące wywody.

„U chłopców należy jaknajwcześniej budzić poczucie odpowiedzialności. Dyscyplinę i posłuszeństwa właśnie w drobnych rzeczach najśnadziej ćwiczyć można. Młodość niechaj pieni się ruchem i wesołością, wtedy, gdy jest to dozwolone. Naród potężny i kwitnący musi być karny. Karność rozumiem jako posłuszeństwo położonym j obowiązkom. Bynajmniej nie należy starać się robić z chłopców żołnierzy, ale zato powtarzać jaknajczęściej, że i obywatele, gdy trzeba bronić ojczyzny, broń chwytają i walczą. Przeciwny jestem wprowadzaniu do metody harcerstwa zbyt wielu pierwiastków dyscypliny wojskowej, gdyż wówczas kierownik mierny, pozbawiony szerszego polotu ulegałby — pokusie ograniczania się „drillem”. System mój ma przede wszystkim kształcić charaktery, pobudzać indywidualność i dawać wyrobienie życiowe”.

Wielka wojna nauczyła Anglję, że musi i ona przygotować się do szybkiego przechodzenia od stanu pokoju do posiadania tęgiej i licznej armji, która wymaga ludzi nietylko do boju, ale i do służb technicznych, będących rdzeniem armji współczesnych. Ma się to przygotowanie wyrazić w formie korpusów kadeckich (cadet corps) tworzonych przy szkołach. Zaznaczono w projekcie, że zadaniem tych oddziałów jest oszczędność czasu i środków na ćwiczenie w oddziałach wojskowych, jak rów

niez oszczędność na czasie odrywania młodzieży od zajęć pokojowych.

Projekt organizacyjny przewiduje oddziały dla chłopców młodszych 13 — 15 roku (junior cadets) i dla starszych (senior cadets). Mają być te oddziały formowane.

1. w szkołach
2. z młodzieży pracującej w biurach, pracowniach, sklepach, fabrykach i t. p.
3. w miastach i gminach.

Jako instruktorów projektuje się zatrudnić:

- a) nauczycieli, którzy odbyli służbę w wojsku
- b) oficerów rezerwy
- c) dyplomowanych kierowników wychowania fizycznego.

Zakres zajęć i ćwiczeń:

Zabawy, gry ruchowe, sporty atletyczne, pływanie, ratownictwo, nauka higieny, zaprawianie się, gawędy według wzorów harcerskich.

Ćwiczenia zimowe: Mustra formalna. Szermierka na bagnety. Taktyka elementarna.

Ćwiczenia letnie: Ćwiczenia zbiorowe w szerokim zakresie. Patrolowanie. Czytanie map. Meldunki. Ćwiczenia wzroku i słuchu. Obserwacje dzienne i nocne.

Znajomość broni: Celowanie. Strzelanie. Wyżyskanie terenu. Sygnalizacja. Użycie map i kompasu. Sztuka obozowania. Kuchnia. Higiena pożywienia, wody, wypoczynku.

Już podczas wojny wydano zarządzenie, aby wszyscy nauczyciele powołani pod standary, przeszli kurs wychowania fizycznego w szkole wojskowej.

We Francji sprawę militarne przygotowania młodzieży, wniósł na porządek dzienny w r. 1881

Paul Bert, minister oświaty w gabinecie Gambetty. Wskutek jego zabiegów Minister wojny Billót powołał do życia organizację specjalną, a parlament przyznał na cel ten kredyt w kwocie miliona franków. Zaczęto więc organizować wycieczki, zawody sportowe, zabawy ruchowe. W r. 1911 liczone tam 11.000 towarzystw gimnastycznych, a 300.000 członków, 2056 towarzystw strzeleckich—oraz wielką liczbę towarzystw opiekujących się młodzieżą w wieku między szkołą a poborem. Nauczyciele przechodzą kursy Wychowania Fizycznego w szkole Joinville'skiej. Specjalna komisja przyznaje członkom pomienionych towarzystw świadectwa uzdolnień t. z. „brevet d'aptitude,, — który daje prawo rekrutowi wyboru broni, oddziału, oraz przywileje pewne w otrzymaniu awansu na podoficera. Wszystkie te towarzystwa podlegają dozorowi wojskowemu. Specjalnie do tego działu delegowani oficerowie wspomagają towarzystwa dostarczając im personelu instruktorskiego, terenów i przyborów. Każdy Sztab Okręgu Wojskowego ma wyższego oficera (directeur regional) zarządzającego oficerami i kierownikami garnizonów i okręgów niższych. Dyrektor ma wraz z podwładnym mu personelem misję organizowania, popierania, wspomagania wszelkich poczynań pożytecznych dla wychow. fiz. w szkołach poza niemi, w zakładach przemysłowych i towarzystwach sportowych. Specjalne instrukcje dotyczące planu zajęć są opracowane przez szkołę gimnastyczną w Joinville. Kładą one jako podstawę gimnastykę i zabawy ruchowe.

Niemcy, gdzie w wieku XX ogromnie rozwinął się ruch na rzecz racjonalnego wychowania fizycznego, zawsze zdradzały skłonności do arcy-militarnego traktowania „młodzieży”, a tem bardziej to wazkie stanowisko ujawniło się w instrukcjach podanych w czasie wojny ostatniej. Dane

dotyczące innych krajów, acz ciekawe, muszę dla pośpiechu opuścić.

Jednakowoż wzory dobre, podane wyżej, a zaczerpnięte z Anglii i Francji wykazują, że tam nie ograniczają się podstawami, lecz że również i ściślejsze przygotowanie wojskowe ma tam miejsce, tylko że (i to jest fakt decydujący) owo szkolenie wojskowe jest uwieńczeniem urobienia ogólnego, przez zwykłe wychowanie fizyczne. U nas tym właśnie torem pójść potrzeba. Pilnując jaknajskrzętniej postępu racjonalnego w wychowaniu fizycznym — dodamy młodzieży również i ściślejsze wojskowe przygotowanie, a czyniąc to, aby rozumnie, czyli przez fachowo wyszkolonych kierowników, usługi oddamy armji, nie narażając ani szkoły ani społeczeństwa na militaryzację. Przypominam słowa, Marszałka Piłsudskiego, że społeczeństwo nasze jest nadmiernie cywilne i obudzenie drzemających tradycji i skłonności wojskowych niezmiernie dodatnio może ożywić pracę nad przerobieniem współczesnych polaków.

Wychowanie fizyczne. Sport. Przystosowanie wojskowe.

Zamiar przysposabiania młodzieży zawczasu do służby w wojsku, był podejmowany przed wojną przez wszystkie rządy, które działając głównie przez Ministerstwa Oświaty i Wychowania wprowadzały do programów szkolnych, poszczególne elementa wyćwiczenia wojskowego, rzadziej próbowały na swoją rękę tworzenia oddziałów młodocianych ni- by — żołnierzy. Próby takie stale kończyły się fiaskiem i niejednokrotnie wywoływały categoryczne protesty wychowawców i rodziców, co w niektórych przypadkach skłaniało rząd nie tylko do zaniechania akcji, ale nawet do cofnięcia wydanych rozkazów.

Jako rezultat tych prób niefortunnych przed samą wojną zaczął się ustalać nawet wśród sfer wojskowych pogląd taki, że wojsko chce od społeczeństwa otrzymać zdrowego, rozwiniętego fizycznie rekruta, a już żołnierza zeń robi samo.

Więc jeżeli teraz we Francji ustawa o obowiązkiem powszechnem wychowaniu fizycznem i przysposobieniu wojskowem młodzieży również powszechnem i obowiązkiem obecnie przechodzi bez zasadniczych sprzeciwów, jeżeli w zwyciężonym państwie niemieckiem pojawia się bez długich dyskusyj podobna ustawa, to samo widzimy w Czechosłowacji, gdy wreszcie i u nas na potrzebę uchwalenia praw, wysuwaną przez Ministerstwo Spraw Wojskowych, godzą się inne władze państwowe i zamiarowi temu przychylna jest opinja społeczna — to przyczyna tego zjawiska leży niewątpliwie z jednej strony w doświadczeniach wielkiej wojny, które zmusiły do zasadniczej rewizji stosunku wzajemnego wojska i społeczeństwa, z drugiej strony w wynikach eksperymentu pedagogicznego, zrobionego przez słynnego generała angielskiego Baden-Powella, twórcy harcerstwa.

Oba te czynniki zbiegły się. Stało się jasnem, że współczesna wojna wciąga w wir walki bezpośrednio lub pośrednio wszystkich obywateli, a nie tylko tych co służą lub służyli w wojsku, a następnie, że najważniejsze cechy dobrego żołnierza, jego zalety moralne i fizyczne wymagają wieloletniego wypracowywania. Ani krótki czas szkolenia rekruckiego, ani z konieczności maszynowy system masowego przerabiania rekrutów na żołnierzy, nie pozwalają na ugruntowanie elementów psychicznych i cielesnych, które stanowią podstawy przygotowania do boju. Weźmy pojęcie dyscypliny. Żołnierz, który był dyscyplinowany w karbach oddziału — jakże łatwo przestaje nim być, gdy tylko oddalił

się od atmosfery, pod której ciśnieniem był karnym. Dla zagadnienia podtrzymywania nastroju wojskowego u żołnierzy zwolnionych do rezerwy interesującym będzie spostrzeżenie angielskie, że przeciętnie w ciągu dwóch lat żołnierz, który opuścił szeregi, wyzbywa się tego poczucia dyscypliny, które weń wsączono w czasie służby czynnej. Jeżeli tak jest w Anglii, gdzie przecież wogóle w społeczeństwie jest większe poczucie dyscypliny — to u nas sprawa ta jeszcze niepomysłniej się przedstawia.

Karność, wynikająca z nakazu zewnętrznego — jest powierzchowną, odkleja się niebawem jak tylko nie staje nakazu i jego sankcji. Natomiast wychowanie umiejętne może sprawić, że karność będzie wyrozumowana, wyczuta, stanie się przyzwyczajeniem, automatyczną funkcją psychiczną.

Wielka prawda zawiera się w słowach reformatora wychowania angielskiego Tomasza Arnolda, że „młodzież sama buduje swą duszę z materiałów, jakimi dysponuje — a w żadnym razie nie można za nią budować jej etyki“.

Wzięliśmy oto dla przykładu pojęcie karności, ale szereg innych zalet moralnych, umysłowych, fizycznych, które są warunkiem koniecznym na żołnierza — wymagają podobnie wywoływania w ciągu długiego czasu i to wtedy, gdy i ciało i dusza są najplastyczniejsze. Z tego wynika, że do zabezpieczenia wartości wojska, więc bezpieczeństwa Państwa, nie można się obyć bez systematycznego, latami trwającego przygotowywania młodzieży do roli żołnierzy.

I jeżeli społeczeństwo doby dzisiejszej przelnizane nurtami antymilitaryzmu, kwietyzmu, hasłami pracy organicznej, zerkające ku obłokom pokoju powszechnego i rozbrojenia, gotowe jest poddać się ustawie o powszechnem obowiązkiem przysposobieniu wojskowem — zawdzięczać to należy nietylko

zrozumieniu rzeczywistości politycznej i sytuacji naszej militarnej, ale również zorientowaniu się co do istoty owego przysposobienia wojskowego.

Jakież są jego części składowe?

Niechaj odpowie wybitny żołnierz wychowawca generał Baden-Powell. Podług niego na przysposobienie żołnierskie składa się:

1. charakter, w którym znajdziemy przedsiębiorczość, odwagę, wytrwałość i bystrość.
2. sprawność w użyciu broni i wykonywaniu poruszeń taktycznych,
3. zdrowie i odporność na trudy,
4. patriotyzm, obowiązkowość, ofiarność.

Wyobraźmy sobie, że tak oto według powyższego schematu przysposobiony młodzieniec nie trafił na wojnę, lub bodaj nawet wcale nie znalazł się w armji stałej. Czy tedy cały wysiłek wychowawczy, włożony w jego przysposobienie wojskowe, idzie na marne?

A więc nie, bo oto wszystkie cztery punkty programu przysposobienia wojskowego są jednocześnie przysposobieniem obywatelskiem. Mianowicie dobrego obywatela cechować muszą te same zalety charakteru, jakie wyliczono, gdy była mowa o żołnierzu

Zdrowie i wynikająca zeń sprawność fizyczna jest warunkiem szczęścia osobistego i pomyślności społecznej. Patriotyzm jednakowo jest potrzebny cywilowi jak wojskowemu, z tem tylko, że to samo co u żołnierza uzewnętrznia się jako ofiarność, gotowość do oddania życia, u obywatela przybiera postać altruizmu, chęci do świadczenia usług bliźnim i bezinteresownego pracowania dla dobra kraju. Obeznanie się wreszcie z bronią i jej użyciem nie jest niczem innym, jak obeznaniem się praktycz-

nem z mechaniką. Terenoznawstwo, ćwiczenia taktyczne, nie niezbędne w wychowaniu cywilnem. są atoli zajęciami nader wartościowemi dla rozwinięcia zmysłu praktyczności u młodzieży przesyconej werbalizmem nauczania. Warto również chyba zanotować, że skoro być żołnierzem w potrzebie stanowi elementarny obowiązek obywatelski, to bez świadomości pewnego do tej możliwej roli przygotowania — sumienie obywatelskie spokojnem być nie może.

Nakreśliwszy sobie w taki sposób zgrubsza program przysposobienia wojskowego — spójrzmy z kolei, jakie środki służą do jego realizacji.

Pod tym względem duży jeszcze panuje zamęt w pojęciach, niejasność w używaniu określeń takich jak: wychowanie fizyczne — sport — przysposobienie wojskowe — i nie jest właściwie rozumiany wzajemny tych pojęć stosunek. Trzeba więc powiedzieć wyraźnie:

Istnieje wychowanie fizyczne metodyczne.

Istnieje sport.

Jest wreszcie szkolenie wojskowe właściwe.

Każdy z wymienionych działów ma pewną treść wychowawczą dominującą, oraz treść towarzyszącą. Ta ostatnia sprawia, że granica pedagogiczna między działami wyraźną być nie może. Za to organizacyjnie każdy z tych działów ma być samoistny wyraźnie odgraniczony.

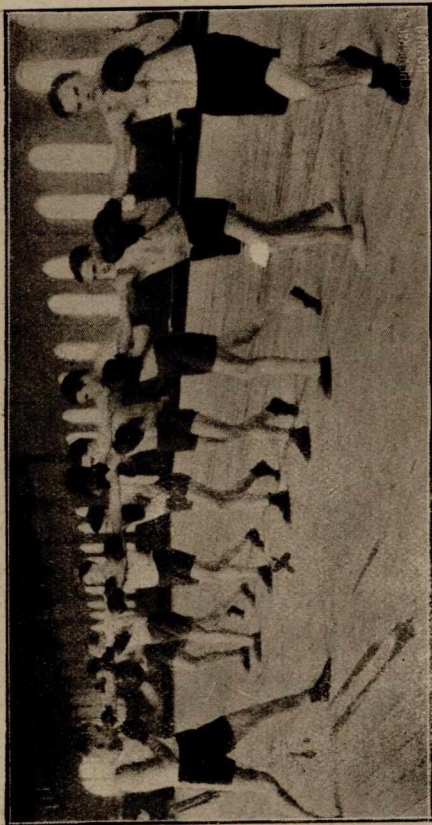
Rozpowszechnione jest naprzykład mniemanie, że wychowanie fizyczne zajmuje się wyłącznie władzami cielesnemi. Tak bynajmniej w rzeczywistości nie jest. Nazwa wychowania fizycznego pochodzi stąd, że używa ono **środków fizycznych** do oddziaływania na człowieka, w którym żaden wychowawca nie znajdzie wyraźnej granicy między władzami cielesnemi, a duchowemi. Środki fi-

zyczne to są: powietrze, słońce, woda, ziemia, ludzie i ruch.

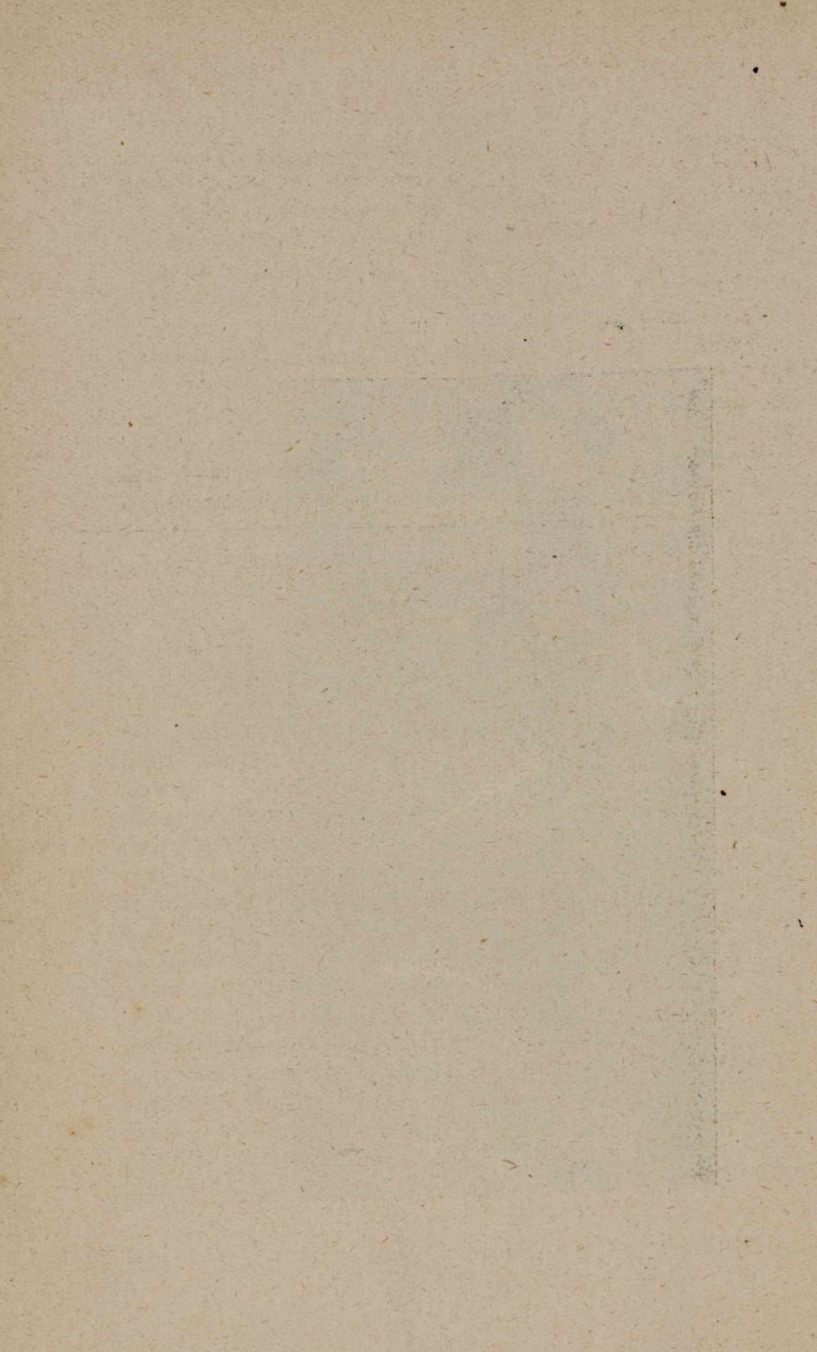
Gdy więc wpływ wychowania fizycznego, metodycznego rozciąga się na ciało, na charakter i na umysł, to jednak wpływ na ciało — jako, że najłatwiej podpada kontroli — ściągą główną uwagę wychowawcy i on też wraz z metodycznością stanowi dominującą cechę wychowania fizycznego.

Tak pojęte wychowanie fizyczne, metodyczne jest częścią wychowania elementarnego i należy do szkoły, pomimo że użytkuje pewne wartości sportu (gry ruchowe) i stosuje czynności wręcz nieocenione dla przysposobienia wojskowego, że wymienię tylko chód i wycieczki po kraju.

W sporcie zato, choć wiele czynności związanych jest z wielkim zużyciem energii mechanicznej — ruchowej — mimo to istotne jego pierwiastki leżą w psychice: są to popęd do walki i siła pociągająca ryzyka. Sport zmusza do wysiłków — jest więc zawsze szkołą woli — może być szkołą pracy, może być doskonałym przygotowaniem do wojny. O ile chodzi o urabianie charakteru, to trzeba stwierdzić, że dzięki uprawianiu sportów wzmożona energia ludzka może być społecznie i dużo warta — i mało. To samo widzimy w stosunku do celów militarnych. Bo o **użytecznem** pokierowaniu energii, decyduje **dyscyplina**. Wszystko jedno czy mówimy o dyscyplinie wojskowej, czy o cywilnej. Dyscyplina jest jedna. Dopiero zależnie od tego, czy sport na swoich boiskach i torach tworzy atmosferę wychowawczą pod względem moralnym i czy da gwarancje dla zdrowia cielesnego — będzie on współdziałał z wychowaniem fizycznym i przysposobieniem wojskowym — lub nie będzie współdziałał. Ze pewne obawy są tu uzasadnione, upewnia nas po pierwsze taka powaga jak prof. Filip Tissie, gdy



NAUKA BOKSU W CENTR. WOJSK. SZKOLE GIM. I SP.



oświadcza, że ogromna liczba sportowców we Francji nie była zdolna do służby w wojsku z powodu zdrowia nadwyreżonego nieracjonalnem uprawianiem sportu. W Ameryce, gdzie trenerzy są ludźmi wykształconymi i znają swoją rzecz, „boiska nie niszczą serc młodzieży“. Co się zaś tyczy strony moralnej — w Anglii pola sportowe są przedsięwzięciami pracy społecznej i wojskowej, dzięki walorom moralnym, które potrafią hodować.

Z Anglii pochodzą powiedzenia takie, jak np., że kto w grach sportowych nauczy się współdziałania, lojalności, rycerskości, cierpliwości — ten będzie uczciwym kupcem, pracowitym rzemieślnikiem, energicznym przedsiębiorcą i t. d.

O poważnem rozumieniu roli ćwiczeń sportowych, w wychowaniu przyszłych żołnierzy, świadczy wyrażenie jednego z wodzów angielskich, że „bitwę pod Waterloo zaczęliśmy wygrywać w Eton przy krikiecie“.

Lecz wszystko dobrze idzie tam, gdzie jest kult dla „fair play“, gdzie zespół pracy z zabawą na boisku owiany jest duchem karności. Tylko wtedy na boisku może kiełkować talent dowodzenia.

Niestety nasz sport, rozwijający się na tle naszych wad społecznych, ujawnia wielkie w tym względzie niedomagania. Szczególnie niektóre kluby piłki nożnej uwagę mają wyłącznie zwróconą na technikę gry, a zaniedbują to, co właśnie sprawia, że sport przestaje być egoistycznym wyładowaniem energii i dawaniem folgi samolubnym popędom. Tem bardziej szkoda, gdyż właśnie piłka nożna jest z punktu widzenia wojskowego poprostu szkołą taktyki.

Sport może i powinien być wprzęgany w służbę narodową — a wtedy odegra on rolę w wychowaniu fizycznem i w tworzeniu siły militarnej. Trzeba

jednak uznać, że organizacyjnie ma on być samodzielny, jako instytucja społeczna, będąca nowoczesnym wyrazem prastarej potrzeby biologicznej.

Co zaś do przysposobienia wojskowego młodzieży właściwego, które narzucają nam konieczności polityczne, to ono polega na tem, że wiedzę i umiejętności fachowe wojskowe opiera się na materiale fizycznym i moralnym, urobionym przez wychowanie fizyczne z pomocą sportu. W owym przysposobieniu właściwym—specjalnem, rolę główną gra obeznanie się z bronią palną i manewrem taktycznym. Broń palna jest maszyną, używanie jej praktycznem ćwiczeniem z mechaniki — jako takie jest poniekąd zajęciem ogólnokształcącym. A o mistrze tak mówi profesor uniwersytetu pensywańskiego K. Tait Mc Kenzie: „Ćwiczenia w mistrze mają szczególną wartość wychowawczą dla młodzieży niedorozwiniętej. Dzięki nim chłopcy uczą się dokładności, uważania i szybkich ruchów. Ambicja nakazująca dołożyć starań aby dorównać w sprawności innym, aby przy prezentowaniu broni nie psuć harmonji ruchu zbiorowego — jest poważnym środkiem w rozwijaniu charakteru“. (Exercise in Education and Medicine).

Co do wartości wychowawczej względnie nawet dopuszczalności nauki strzelania dla młodzieży szkolnej, to wypowiedziano jaknajsprzeczniejsze poglądy. Zajął się był tą kwestją Międzynarodowy Kongres poświęcony sprawom sportu i wychowania fizycznego, odbyty w Brukseli w roku 1905. Wywody p. Troffaesa, przewodniczącego belgijskiego Związku Towarzystw Strzeleckich, trafiły do przekonania członkom kongresu, wśród których było wielu wybitnych znawców kwestji wychowania fizycznego.

Pogląd przyjęty przedstawiał się jak następuje: uprawianie strzelania nietylko jest koniecznem ze

względu na przysposobienie obrońców ziemi ojczy-
stej — jest ono owszem nader pożyteczne dla
rozwoju władz fizjologicznych i psychicznych.

Strzelanie podnosi sprawność wzrokową dzięki
sposrzeganiu przedmiotów oddalonych i ocenianiu
odległości. Postawa strzelecka sprzyja dobremu
oddychaniu. Ruchami przygotowawczymi do strze-
lania możemy zastąpić niektóre metodyczne ćwi-
czenia gimnastyczne, zwiększamy zainteresowanie
ucznia. Stzelanie dodatnio wpływa na wolę i na
sąd, bo strzelec musi skupić się, uchwycić starannie
oraz precyzyjnie moment do oddania strzału. Strze-
lanie przyucza do opanowywania wszelkich momen-
tów nerwowych dla jednego celu — trafienia —
wyrabia zatem opanowanie się — pierwszy przy-
miot żołnierza.

Rzecz znamienna, za wczesnem wprowadzaniem
ćwiczeń strzeleckich do szkół opowiedzieli się naj-
goręcej zwolennicy gimnastyki t. zw. szwedzkiej
(Pułk. Balck, prof. Tissie). Nie jest to zresztą nie-
spodzianką dla tego, kto zna zasady gimnastyki
wychowawczej Szwedów.

Okazuje się więc, że nawet tak militarne ćwi-
czenia jak musztra i strzelanie, mogą przedstawiać
walor pedagogiczny.

A gdy szkolenie wojskowe dobrze zrozumiane
musi organicznie być osadzone na fundamencie,
przygotowanym przez szkołę i sport, to upadają
pomawiania o militarizm, wówczas, kiedy wojsko-
wość podnosi konieczność powszechnego przyspo-
sobienia wojskowego. W tym oto zwrocie opinii
publicznej, dopatrywać się należy przyczyny przy-
chylności społeczeństwa dla przymusu w wycho-
waniu fizycznem.









KOLEKCJA
SWF UJ

A.

771

Biblioteka Gl. AWF w Krakowie



1800062171