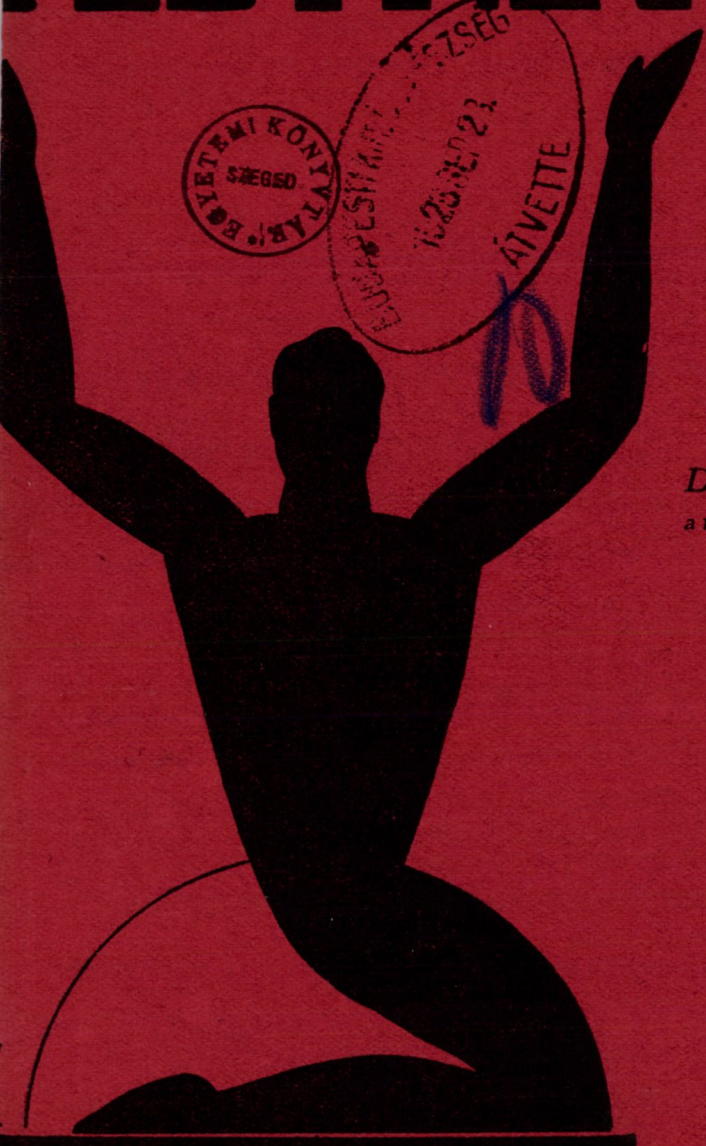
50951

TESTNEVELÉS-SPORT



EGYETEMI KÖNYVTÁR SZEGED
ÁTVETTE

a M. Kir. Testnevelési Főiskola és a Testnevelési Tanárok Országos Egyesületének hivatalos közlönye

Főszerkesztő:

Dr. SZUKOVÁTHY IMRE

a m. kir. Testnevelési Főiskola tanulmányi igazgatója.

Szerkesztőbizottság:

BERTI LÁSZLÓ

Dr. BOHN FERENC

KMETYKÓ JÁNOS

MISÁNGYI OTTÓ

a m. kir. Testnevelési Főiskola tanárai.

Felelős szerkesztő:

BÉLY MIHÁLY

Főmunkatárs:

BÉLY MIKLÓS

I. évf. 9. sz. ∘ 1926. szeptember hó

Szerkesztőség:
és kiadóhivatal:
Budapest, VII. ker.,
Rottenbiller-utca 35.

Telefon: J. 146—10.

TESTNEVELÉS-SPORT

Az iskolai és iskolán kivüli ifjuság testnevelésével és az egyes sportok szakkérdéseivel foglalkozó havi szemle

Előfizetési árak:
1/4 évre 40.000 K
1/2 » 80.000 »
1 » 160.000 »

Egy szám ára 15.000 K

Postatakarékpénztári csekkszámla száma: 24745.

I. évf. 9.

1926. szept.

TARTALOM:

Száz év előtti kulturpolitikánk és a testnevelés ügye: *b. m.*

A testnevelés hatása a közegészségügyre: *Mező Béla dr.*

A svéd nemzet és testnevelése. II.: *Béldy Alajos.*

A finn nemzet testnevelése: *Bohn Ferenc dr.*

Szemle. — Az atlétikai tömegoktatás módszere: *Bély Miklós.* — A Testnevelési Főiskola kebelében létesített vívótanfolyam. — A bolognai testnevelési főiskola. — Amerika és hazai testnevelési ügyünk. — Weltkurier, Internationale Zeitschrift für Reise, Bäder, Sport und Gesellschaft. — Tanulmányutak.

A M. Kir. Testnevelési Főiskola hivatalos közleményei.

Testnevelési Tanárok Országos Egyesületének hivatalos közleményei.

KÉRELEM.

Előfizetőink közül többen az előfizetési dijjal hátralékban vannak.

Tiszteletel kérjük azon előfizetőinket, akiknek lappéldányához befizetőlapot mellékeltünk, hogy a már esedékessé vált előfizetési összeget beküldeni sziveskedjenek.

EGYETEMI KÖNYVTÁR SZEGED

Száz év előtti kultúrpolitikánk és a testnevelés ügye.

Kornis Gyula egyetemi tanár, a Közoktatási Tanács kitűnő elnökének, *a Budapesti Szemle* f. évi julius havi 587. számában, *A magyar kulturpolitika száz évvel ezelőtt* címmel jelent meg egy hosszabb tanulmánya, mely feltárja azon közoktatásügyi törekvéseket, melyek az 1825—27-ik évi országgyűlés után az egész nemzetet oly mélyen foglalkoztatta, melyhez hasonló jelenség közoktatási eszmék iránt azóta sem ismétlődött meg. Ezen jelenség gyökerét az oktatásügy akkori állapota magyarázza és így közvetve a nemzeti törekvésekkel áll vonatkozásban. Ebben a korban a deák nyelv használatának hegemóniája, a nemzeti nyelv felett, nem csupán azt jelentette, hogy a hivatalos közigazgatási nyelv a latin, hanem azt a lesujtó valót is magában foglalja, hogy az 1792. törvény óta a magyar nyelv az iskolákban bár rendes tárgy, de azt is latinul tanítják. A nemzeti nyelv elszomorító helyzetét tükrözi vissza az a tilalmi rendelkezés, mely szerint: „...*a diákoknak az anyanyelven való beszéd egymás közt is meg van tiltva, iskolai törvények értelmében még játék közben is latinul kell beszélgetniök.*"

Érthető tehát országszerte az a nagy felbuzdulás, mely az 1827. VIII. t.-c. alapján kiküldött tanügyi bizottság munkálataitól nem csupán az oktatásügy renaissance-át, kultúrális törekvéseink megvalósulását, hanem valóságos nemzeti felujhodást remél. *Kornis* Gyula részletesen tárgyalja tanulmányában ezen tanügyi bizottság, reformjavaslatát, *(Opinio. 1830.)*, mely az évszázadokig tespedt közéletet oly mélyen foglalkoztatta, hogy az is vita tárgyát képezhette: „..*vajjon nem túl szigorú-e az iskolák tervezett fegyelmi szabályzata, amikor ezen harcias nemzet ifjúságának (juventus bellicosae hujus nacionis) továbbra is meg akarja tiltani a fürdést és a korcsolyázást? nem volna-e jó az iskolákkal kapcsolatban uszodákat* (scholae natatoriae) *felállítani?*"

A reformbizottság javaslata azonban még az 1832—36-ik évi országgyűlésen sem került tárgyalásra, hanem csak a tanítóképző és a politechnikum felállításának ügye jutott az országgyűlés általános kívánságai (postulata) közé. Minthogy Őfelsége ily irányú reformokat is felségjognak tekint, a nemzet közművelődési szuverénitása továbbra is (1848-ig) függő viszonyban maradt a bécsi tanulmányügyi bizottsággal.

Cziráky Antal gróf országbíró elnöklete alatt, nem kisebb közéleti nagyságok, mint *Teleky* József gróf, *Mednyánszky* Alajos báró, *Lenhossék* Mihály, *Ürményi* József voltak az Opinio-t szerkesztő-bizottság tagjai, akik nagyjelentőségű feladatuk teljes tudatában törekedtek e kor kulturális törekvésének szellemét teljes egészében kifejezésre juttatni. A bizottság munkálata folyamán vetődött fel az a vágy, hogy az 1792-iki tervezettel szemben, iskoláinkban fokozatosan a magyar nyelv legyen az oktatás nyelve. A bizottság végül azonban mégis egy oly határozatot fogadott el, mely ideiglenesen elégségesnek látja azt, hogy a magyar nyelv heti két órában taníttassék és a vallástant is fokozatosan magyarul tanítsák.

Az említett tanulmány behatóan ismerteti az egyes iskolatípusoknál kívánatosnak mutatkozó tervezetek jelentőségét és így kitér a testnevelési reform ügyére is, melyre vonatkozó részt *Kornis* Gyula szíves engedelmével az alábbiakban teljes egészében közöljük.

„A bizottság némely területen meglepőn konzervatív: semmi fogékonysága sincsen a korszerű pedagógiai újítások iránt. Így a *testnevelés* kérdésében. Az 1777-ik évi Ratio nem gondoskodott ugyan külön testgyakorló órákról az iskolák tantervében, azonban a filantropinizmus hatása alatt a legmelegebben ajánlja a játékokat (224—8. §.), sőt külön iskolai játékterekről is gondoskodni kíván. Az 1791-iki bizottság pedig a testgyakorlatokra, főkép katonai szempontból olyan nagy súlyt vet, hogy ezeket a törvény erejével akarja az iskolákban elrendelni s ezért „a nemzeti nevelés általános elveiről" szóló törvénytervezetben is egyik szakaszként (9. §.) beiktatja őket. Az 1806-iki Ratio a testgyakorlást nem említi. Most az 1825-iki országgyűlés tanügyi bizottságában *Kritske József* követ, lőcsei városbíró, azt javasolja, hogy mivel „a letűnt harmadfél évtized alatt a testnevelés nemcsak Európa többi országaiban, de magában az ausztriai monarchiában is nagy haladást tett... a testgyakorlatnak a modern nevelés rendszerében (in Ratione modernae educationis) nagyobb teret kell biztosítani és az iskolákba be kell vezetni."

A bizottság a javaslatot elutasítja és a testi nevelést továbbra is a szülői házra óhajtja bízni. *Kritske* különvéleménnyel vála-

szol, melyet a jegyzőkönyvben függelékül ki nyomatnak.[1] A különvélemény a magyar testnevelési törekvések történetének igen értékes emléke, egyszersmind szellemtörténeti dokumentuma annak, hogy alig van a kulturának ága, melyre a német neohumanizmus görög művelődési eszménye ne nyomta volna rá kisebb-nagyobb erejű bélyegét. A filantropisták inkább csak a játékokat kapják fel; a neohumanisták görög mintára a szép test kifejlesztésének kultuszát is célul tűzik ki. *Kritske* különvéleményében, melyben bizonyítani akarja, hogy „az ifjúság helyes nevelésére a testgyakorlatoknak az iskolákba való bevezetése elengedhetetlenül szükséges és hogy enélkül az egész nevelési rendszer tökéletlen lesz", éppen a görögök felfogásából, elsősorban Platonból indul ki, aki Protagorasában tökéletlennek mondja azt az embert, aki csupán lelkét gyakorolja, testét pedig tunyaságnak és semmittevésnek engedi át. Hivatkozik a bécsi egyetem híres pedagógusára, *Milde*-re, aki az antik világnak már majdnem elfeledett gimnasztikáját, mint a nevelés fontos részét mutatja be, melynek az iskolákban való elrendelése és támogatása az államnak is feladata. A nevelés ezen ágának elhanyagolása a legszomorúbb következményekkel jár. Az egyre általánosabb testi gyöngeség, a testi ügyességnek s a kis veszedelmekben a lélekjelenlét hiánya, ami az ifjúság körében tapasztalható, sürgősen szükségessé teszi a testet erősítő és fejlesztő gimnasztikai gyakorlatoknak az antik világból való feltámasztását.

Kritske szemére veti a bizottságnak, hogy az 1791-iki tervezetnek a testnevelésre vonatkozó pontját, mint a nemzeti nevelés egyik sarkalatos elvét, elfogadta ugyan, de ennek konkrét következményeit még sem akarja levonni azzal, hogy a testgyakorlatoknak az iskolába való kötelező bevezetését javasolja. Egy nehézséget azonban a *votum separatum* szerzője maga is kiemel: a testnevelő tanárok hiányát. Azonban szemében ez sem feltétlen akadály. Mert akkor a hazai nyelv tanítását sem lett volna szabad elrendelni, hisz a Szepességben, Árvában ma sincs senki, aki tanítsa; akkor a siketnémák és vakok intézetét sem lett volna szabad felállítani, mert szakértő tanerő alig volt hozzá. *Festina lente.* Egyelőre majd akadnak alkalmas tanárok, akik az ifjúság testgyakorlatát vezetik. A jövőben pedig úgy, ahogy a bécsi egyetemen, a pestin is elő kell adni *Milde* pedagogiáját s külön rendszeres testgyakorlatokat kell folytatni azokkal, akik majd az iskolában testneveléssel foglalkoznak.

Száz éve annak, hogy mindez elhangzott. Most pár évvel ezelőtt a terv újra feltámadt: az egyetemmel kapcsolatban történ-

[1] Protocollum etc. 1829. 133—136. lk.

jék a testnevelő tanárok kiképzése. Az egyetem most is, mint száz évvel ezelőtt, ezt a gondolatot elutasította. Így született meg 1925-ben a Testnevelő Főiskola, melynek feladata a testnevelő tanárok kiképzése."

Jóleső érzést ébresztenek e szavak az olvasóban, mert tudjuk, hogy írója azok közé tartozik, akik tekintélyük teljes sulyával, a közelmultban is leghathatósabban támogatták a modern testnevelési törekvéseket. Bíznunk kell abban, hogy *Kornis Gyula*, mint az egyetemmel kapcsolatban történő testnevelési tanárképzés ideáljának lelkes hirdetője, a Testnevelési Főiskola jelenlegi eredményes munkájára való hivatkozással, sikerrel fogja meggyőzni igazáról mindazokat, akik a közelmultban még ellenezték a testnevelési tanárképzésnek egyetemmel való szorosabb kapcsolatát. Remélnünk kell, hogy a testnevelés ügye ily vonatkozásban — mint széleskörű kulturmunkásságának hirdetője — rövidesen útat tör magának az *alma mater* kapuján.

b. m.

A testnevelés hatása a közegészségügyre.*

Irta: *Mező Béla dr.* egyet. m.-tanár, közkórházi főorvos.

Gyakran látjuk, hogy olyan szokások és gyógyító eljárások, amelyek újabban nagy jelentőségre tettek szert, már a régi népeknél is ismeretesek voltak. Ezek az idők folyamán beállott politikai és gazdasági válságok zavarában feledésbe merültek, hogy napjainkban újból elfoglalják megillető helyüket. Így volt ez a szabadtéri sporttal, az atlétikával is. Az ó-görögök a testgyakorlásra nagy súlyt helyeztek. A görög atléták az évenként megtartott, nemzeti ünnep jelentőségével bíró olimpiákon mérték össze erejüket és küzdöttek a győztesnek kijáró babérkoszorúért. Athén bukása után az atlétika hosszú időre pihenni kényszerült, hogy a mult században Angliában újjászülessen és rövid idő alatt meghódítsa az egész világot. Lássuk, mi is ennek a jelentősége?

Tökéletesebb egységet, mint az élő szervezet, elképzelni sem lehet. Ennek minden működését a célszerűség irányítja és alkalmazkodási képessége egyenesen bámulatos. Régi tapasztalat az, hogy azok a szerveink, amelyeket nem használunk, működésüket a szükségnek megfelelően csökkentik, hogy ezek lassan-lassan megkisebbednek. A működéshiányból eredő sorvadás klasszikus példája a merev gipszkötéssel rögzített végtag, amely rövid 3—4 heti pihentetés után akár a felére is megkisebbedik. Ez a sorvadás azonban nemcsak a lágy részekre szorítkozik, hanem a csontokat is illeti. A pihenő csont Röntgen-képe sokkal halványabb árnyékot ad, jeléül annak, hogy a csont mészállománya, nem lévén reá szükség, felszívódik. Ezzel ellentétben azok

* A B. T. C. sportkongresszusán 1925. szept. 10-én tartott előadás.

a testrészeink, amelyeket ismételten erősebben igénybeveszünk, működésüket fokozni tudják, megerősödnek.

Az élő test azonban nemcsak kvantitatív, de kvalitatív változásokra is képes. Elég, ha röviden utalok a természettudománynak arra a megállapítására, hogy az évezredek hosszú során egyes állatfajok a megélhetési viszonyok megváltozása következtében mily gyökeres változásokon mehetnek át. De nem is kell bizonyítékokért oly messzire mennünk. Látjuk ezt artistáinkon, akik a gyermekkorban megkezdett rendellenes mozgások állandó gyakorlásával minden irányban mozgó, valóságos kígyóemberek lesznek. Csontjainkat a természet bölcs előrelátása úgy építette fel, hogy azok lehető kevés anyaggal nagy szilárdságot érjenek el, hogy könnyűek, de amellett erősek is legyenek. Ez csak úgy érhető el, hogy a csont belsejében haladó gerendázatok úgy futnak, hogy azok a csontra ható erőknek megfelelően a lehető legideálisabban helyezkednek el. Ha a csont alakja rosszul gyógyult törés következtében megváltozik, azt látjuk, hogy a csont egész szerkezete a szükségnek megfelelően átalakul.

Izomzatunk működése abban áll, hogy a nyugalmi helyzetben lévő izom az idegek útján hozzá jutó ingerre összehúzódik. Ez az összehúzódás az izom tömegének és minőségének megfelelő munkát szolgáltat, amelynek forrása az izomzatban lévő kémiai energia. Ez az energia a működő izomból elfogy s az izom további erőkifejtésre csak úgy képes, ha benne ezek az anyagok pótoltatnak. De az izom munkabírásának még egyéb feltétele is van, az, hogy a benne végbemenő kémiai elégés anyagcseretermékei elszállíttassanak. Mindkét feladatot a vérkeringés útján a szív eszközli, de a fokozott izommunka tulajdonkép igénybeveszi az egész szervezetet.

Amikor az izom összehúzódik, az izomhoz küldött ideginger egyidőben gondoskodik arról is, hogy az izom erei kitáguljanak, hogy az izom vérrel való ellátása élénkebb legyen. Ugyanakkor fokozódik a szív munkája is s felszaporodik a légzésszám is, amit a fokozott izommunka következtében a vérkeringésbe jutó szénsavnak az agyra való hatása vált ki. Minél erősebb az izommunka, annál több szénsavtól kell a szervezetnek az időegységben megszabadulnia, annál kiadósabbnak kell tehát a szívműködésnek és a lélekzésnek lennie. Az izommunka nemcsak szénsavat termel. Egyéb salakok is keletkeznek, amelyektől a vese szabadítja meg a szervezetet. Ha tekintetbe vesszük azt is, hogy hoszabb izommunka kapcsán a szervezet anyagraktárában, a májban felhalmozott anyagok a szükséghez képest felszabadulnak és elhasználtatnak s hogy munka után a szervezet az elhasznált anyagokat az emésztőszervek fokozott működésével pótolni igyekszik, könnyű megérteni azt, hogy a testmozgás az egész szervezetre hatással van.

Általánosan ismert dolog az, hogy a testmozgások fokozatos emelésével, a tréninggel erőkifejtésünket, munkabírásunkat jelentékenyen fokozhatjuk. A gyakorlat következtében izmaink térfogata megnő, csontrendszerünk, szívünk megerősödik, úgyhogy az utóbbi a test fokozott szükségletét zökkenő nélkül el tudja látni. De a tréning kihat a látszólag passzíve viselkedő tüdőre is, amelynek teljesítőképességét jelentékenyen fokozza. Nagy jelentősége van annak, hogy a tüdő az erős testmozgás alatt a nagy igénybevétel folytán átszellőződik. Ilyenkor a tüdő olyan részei, amelyekbe csendes légzéskor levegő nem

jut, légtartalmúak lesznek. A sportolásnak tüdőfejlesztő hatását szépen fejezi ki a tüdő térfogatának a legmélyebb belégzés és a legerősebb kilégzés közti különbsége, az úgynevezett tüdőkapacitás. Amíg a tüdőkapacitás átlagembernél 3000—4500 ccm, a rendszeresen sportolóknál ez 4500—5300 ccm-re emelkedik, amivel a mellkas körfogatának a bővülése is jár.

A jól trenírozott ember fölénye az egyáltalában nem, vagy kevéssé előkészített emberrel szemben igen feltűnően jelentkezik. Amíg a trenírozott ember valamely erőkifejtést a legnagyobb könnyedséggel végez s teljesen jó közérzet mellett érverése másodpercenként 120-ra, légzése 40-re emelkedik s mindkettő pár percen belül a normális értékekre (72, 16) visszatér, addig az utóbbin igen jellegzetes elváltozásokat figyelhetünk meg. A kellően elő nem készített ember az erőkifejtés kapcsán mindinkább kivörösödik, majd ajkai kékesek, szederjesek lesznek, vivőerei kidagadnak, szíve 160-at ver. Ugyanekkor a belégzés aránytalanul megnyúlik, a kilégzés megrövidül. A nehéz légzést högésszerű kilégzések tarkítják s a légzésszám felemelkedik 60-ra. További erőlködésre a pulzus még szaporább, alig tapintható lesz, a légzés kapkodóvá válik, míg végre az ember eszméletlenül összeesik.

Nem nehéz kitalálni, hogy e mindenkép elkerülendő tünetcsoportnak az oka a szív és tüdőműködés elégtelen volta. A megerőltetés bizonyos fokán a szív összehúzódik, még mielőtt teljesen megtelt volna. Ez is baj, de nagyobb baj az, hogy a már fáradó szív összehúzódása alatt nem ürül ki teljesen, nem elég erővel hajtja a vért. Ilyenkor a tüdők fokozatosan mind vérbővebbek lesznek. Ez a vérbőség, már magában is akadályozza a kiadós légzést. A légzés erőltetett volta dacára sem lesz kielégítő, a szív izomzata ellazul, enged a reá nehezedő nyomásnak, kitágul. A bekövetkező eszméletlenség az elégtelen oxygénfelvétel következtében beálló szénsavmérgezés tünete. A szív akut kitágulása egyébként épszívű embereken hamar elmúlik, de ha gyakran megismétlődik, maradandó bajokat is okozhat.

Bizonyára akadnak olyanok, akiket megrémít az, hogy a sportolás szívtágulást is okozhat. De vajjon melyik orvost tartja vissza az arzén, a sztrichnin, morphin és számos más gyógyszerünk rendelésétől az a tudat, hogy ezek biztosan ölő mérgek? Az orvosi gyakorlat igazolja, hogy éppen a legerősebb mérgek kellő adagjai a leghatásosabb gyógyszerek. Így van ez a sporttal is. Ha ismerjük, hogy hol, mennyit kell végeznünk, tudjuk azt, hogy mit nem szabad tennünk, úgy biztosan ki tudjuk aknázni a sportolás nagy előnyeit anélkül, hogy annak káros következményeivel találkoznánk.

Az izomláz mindenki előtt ismert fogalom. Akkor jelentkezik, ha valaki nagyobb megerőltetéssel járó szokatlan testmozgást végez. Abban áll, hogy az izmokban 3—4 óra mulva már a legkisebb mozgásnál is húzó fájdalmak jelentkeznek, amelyek nagy megerőltetések után igen kellemetlenek lehetnek. Az izomlázas ember étvágytalan, levert, valóban lázas. A hőmérsék a 39 fokot is meghaladhatja. A bágyadtság és összetörtség érzése rendesen egy-két napig tart. Az izomláz az izmokban keletkező termékeknek, savaknak a hatására támad, de a trenírozott izomban már nem jelentkezik.

Az izomlázat elkerülni szinte lehetetlen, de a tréningnek olyannak kell lennie, hogy az izomláz kellemetlenségei ne jelentkezzenek. A fo-

kozatos kezdés nemcsak az izomláz szempontjából szükséges. Fontos ez a szívet és a tüdőt illetően is. Ha a tréning óvatosan veszi kezdetét, a szívizomzatnak ideje van arra, hogy megerősödjék s a reá háruló nagyobb feladatoknak, amely a pihenő egyén szíve munkájának a 10-szeresére emelkedhetik, biztosan megfeleljen. Aki tréningben ezeket szem előtt tartja, az a szívtágulás veszélyét biztosan elkerülheti.

Nagyon fontos az, hogy aki tréningbe áll, vizsgáltassa meg magát orvossal. A sportolást veszély nélkül ugyanis csak a teljesen egészséges ember űzheti. A fokozott testmozgás nemcsak a szívre és vesére ró nagyobb munkát, hanem amint láttuk, fokozottan igénybe veszi a vesét, a májat, emésztőszerveinket és idegrendszerünket is.

A szívbajos ember szíve állandóan fokozott mértékben kénytelen dolgozni, úgy, mintha állandóan fokozott testmunkát végezne. Nagyon sok olyan ember van, akinek a szíve nem teljesen ép, de kifogástalanul birja a mindennapi élet fáradalmait. Könnyű megérteni tehát azt, hogy ha egy szívbajos szívét fokozott testmunkával még jobban megterheli, csakhamar bekövetkezik a szívelégtelenség. De a teljesen egészséges szíve sem képes mindig ugyanarra az erőkifejtésre. Lázas betegségek, nátha, torokgyulladás, alkohol, nikotin károsan befolyásolják a szívet. Minden sportolónak önmagára kell vigyáznia. Ha valaki tréning közben azt veszi észre, hogy nagyobb szívdobogása és erősebb légszomja van, mint máskor szokott lenni, óvakodnia kell nagyobb erőkifejtéstől. Ha ezek a tünetek állandóan jelentkeznek, akkor a sportolással fel kell hagynia.

A sportolásnak tüdőt fejlesztő hatását nem lehet eléggé méltányolni. A sportoló mellkasa kiszélesedik s a légzés kapacitása lényegesen megnő. Mindenki tudja, hogy hazánkban a gümőkórság mily nagy mértékben pusztít s hogy a gümőkór első sorban a rosszul fejlett, keskeny mellkasú és kis tüdőkapacitású emberek közül szedi áldozatait. Ha meggondoljuk azt, hogy a sportolás az ilyen mellkasalakulatokat megszünteti, illetve előnyösen befolyásolja, a rendszeres testgyakorlásban a tüdővész elleni küzdelem egy igen értékes tényezőjét ismerjük meg.

A szívet és tüdőt már a fiatal korban kell edzeni. A fejlődésben levő egyén szervezete sokkal jobban alakul az általános szükséglethez, mint a növésben már megállapodotté. A gyermekek élénk futkosó játéka a szív és tüdő ideális erősítője, amit minden módon elő kell segítenünk. A sport áldásos hatása azonban nem tisztán ezeken a tényezőkön fordul meg. Támogatja ezt a szabad levegőnek és a napnak a szabad emberi testre kifejtett hatása is. Hogy a napfénynek a növények életében mily fontos szerepe van, hogy a sötét helyen tartott virág mint halványodik, sorvad el, hogy a sűrűn egymás mellé ültetett növények mint folytatnak élet-halál harcot a tenyérnyi kis napfényért, bizonyára mindenki megfigyelte. De a napfény az állati szervezetre éppen olyan fontos, mint a növényekre! Ismeretes, hogy a hosszas börtönbüntetésre ítéltek majdnem mind tüdővészben pusztulnak el. Ha ehhez hozzáteszem még azt, hogy a már kifejlett gümőkórság gyógyításának legfontosabb tényezője a szabad levegő és napfény, könnyű megérteni azt, hogy milyen fontos az, ha valaki a sport kedvéért naponkint 1—2 órát a verőfényes szabadban tölt. A szabad levegő és napfény jó hatással vannak a vérképződésre, növelik a szervezetnek a fertőző betegségekkel és a tuberkulózissal szemben való ellenállását

és így csökkentik azoknak a számát, akik ebbe a pusztító betegségbe esnek.

Bármennyire fontos a sport tüdőfejlesztő hatása, nem mulaszthatom el annak a kiemelését, hogy az erős testmunka a már beteg tüdőre ártalmas. Azoknak a szerencsétleneknek, akik már tuberkulózisban szenvednek, sportolniok nem szabad. Az ilyen betegeknek nyugalomra van szükségük s még azok is, akik gyógyulófélben vannak, a tüdő erősebb igénybevételével betegségük kiújulása veszélyének teszik ki magukat. De nemcsak a gümőkórság az, ami az erősebb testmozgást tiltja. Ilyen a tüdőtágulás is, amely abban áll, hogy a tüdő állományának egy része, amely pedig a légzésben fontos szerepet játszik, eltűnik. Ezáltal a tüdő légzési felülete megkisebbedik, amiért a tüdő a test nagyobb oxygénszükségletét már nem tudja fedezni. A tüdőtágulás a már amúgy is nehezebben működő szívet erősebben próbára teszi. Ez az oka annak, hogy a tüdőtágulásban szenvedők szíve hamar felmondja a szolgálatot Látjuk tehát azt, hogy az orvosi ellenőrzés nemcsak a szív, de a tüdőbetegségek szempontjából is fontos. De ugyanez áll a vesebajokra is. A beteg veséket is kímélnünk kell, már pedig a fokozott testmozgás nagy munkát ró a vesékre is, ami kerülendő.

De a sportolás nagy jelentősége nemcsak abban áll, hogy elvonja a fiatalságot a kávéház zárt, füstös levegőjétől, hanem abban is, hogy elvonja őket azoktól a káros élvezetektől, amit a kávéházi élet magával hoz, kivonja őket az alkohol és nikotin élvezete alól. Hamarjában nem is tudom eldönteni, hogy a kettő közül melyik a fontosabb, a sportolással elért tuberkulózis ellenes küzdelem-e, vagy pedig az utóbbi? Ennek a kérdésnek a taglalásánál nem szabad az alkoholnak a szervezet minden részére kifejtett káros hatását egyedül tekintetbe venni, hanem mérlegelni kell az alkohol élvezete által okozott indirekt károkat is! Mert vajjon mit jelent az érettségiző diák első szabad mozgásakor elmaradhatatlan akut alkoholmérgezés, a berúgás? Azt, hogy az a fiú, aki a nemi élet fenyegető veszélyeiről kellően fel volt világosítva, az alkohol élvezete következtében elveszíti józan ítélőképességét s az első utcai leány csábítását vakon követi. Így vásárol az ifjú az elfogyasztott szeszes italokkal együtt az esetek jórészében nemibetegséget is! Ezeknek a bajoknak nemzetrontó hatása, amely jórészt a szaporodás lecsökkenésében, a rövidebb életkorban, de az utódok elcsenevészesedésében is kifejezésre juthat, azt hiszem, eléggé ismeretes. Szomorúan kell megállapítanunk, hogy az államhatalom az alkoholizmus ellen, ezen a népet széles rétegeiben kikezdő és így az államot alapjaiban megtámadó népbetegség ellen semmit sem tesz. Sőt! Az állam az alkoholizmust egyenesen dédelgeti, mert pillanatnyi hasznot húz abból, hogy polgárai magukat az alkohol romboló hatásának kiteszik.

Amíg így állanak a dolgok, meg kell minden alkalmat ragadnunk, hogy ifjainkat az alkohol élvezetétől elvonjuk. Ez a kérdés elvezet ahhoz a problémához, hogy a sportot, mint egyszerű kedvtelést, szórakozást üzzük-e, vagy pedig ifjainkat azzal a célzattal trenírozzuk, hogy erőiket egymással összemérve, képességeiket nyilvános versenyeken is megmutassák?

Valljuk be, hogy a hiúság az emberi cselekedett egyik főrúgója. Ez nem baj, a fődolog csak az, hogy a hiúság jóra vezessen bennünket. A hiuság vezérli a gyermek atlétát is akkor, amikor mindenáron győz-

ni akar. S mi mindenre nem képes egy ilyen ifjú? Lemond a szeszes italok élvezetéről, a dohányzásról, a nemi élettől tartózkodik, mert tudja azt, hogy ezzel szervezetének előnyt szerez és nagyobb győzelmi eséllyel indulhat a küzdelembe. S itt van a versenyzésnek az egyszerű kedvtelésből űzött testgyakorlással szemben a nagy jelentősége. Aki pedig megszokta ifjú korában a mértékletes életet, az, akinek vérébe ment át az a tudat, hogy a káros élvezeti cikkek kerülése hasznára van a szervezetnek, az akkor sem fog azokkal visszaélni, ha már a versenyzéssel felhagy s ezzel nemcsak magának, de családjának és az egész magyar társadalomnak nagy szolgálatot tesz!

A háború előtt a népek általános erőbeli állapotáról az évenként megejtett katonai sorozás tájékoztatott. Igaz ugyan, hogy a sorozásnál alkalmazott mérték foka nem egyenlő, változott a sorozásra kerülő fiatalság száma, a katonai szükségletnek mgfelelően, de a sorozási adatok áttanulmányozásával mégis igen értékes adatok birtokába juthatunk. Feltűnt, hogy a városok szembetűnően gyengébb emberanyagot bocsátanak a sorozó-bizottság elé, mint a falvak. Amíg például az 1902—1905-iki években a mezőgazdasággal foglalkozó birodalmi német községek 60.1% hadiszolgálatra alkalmas katonakötelest szállítottak, addig a túlnyomóan ipart űző Berlin lakossága közül csak 34.2%, tehát 25.9%-kal kevesebb volt katonai szolgálatra alkalmas. Ezek a számok eléggé bizonyítják a szabad levegőn való munka és a kétségtelenül jobb táplálkozás nagy jelentőségét, amiben a falusiaknak részük van.

A katonai higienikusok igyekeztek oly támpontokat találni, amelyekből a szervezet fizikai értékére következtetéseket lehessen levonni. Így született meg az E r i s m a n n index, amely szerint egy egészséges 20 év körüli ifjú testhossza felének és a kilégzési állapotban levő mellkas körfogatának egyenlőnek kell lennie. E mérések alapján rájöttek arra, hogy a tuberkulotikus katonák mellkasa átlagosan 2.3 cm-el kisebb, mint azoké, akik gümőkórságban nem betegedtek meg. Ha emlékezetünkbe visszaidézzük azt a megállapításunkat, hogy a testgyakorlás a mellkas körfogatát cm-ekkel kitágítja, a testmozgás fontosságát számokban is beigazolva látjuk.

Rájöttek azonban arra, hogy az E r i s m a n n-index csak a középtermetűekre, a körülbelül 168 cm. magasaga érvényes. Az alacsony, 158 cm. magas termetűeknél az indexszám nagyobb, 52%, a 178 cm. magasaknál pedig csak 48%. Vagyis a különböző magasságú emberek testaránya nem egyforma. További szorgos kutatások eredményezték a müncheni törvényt, amely a test hosszának és sulyának egymáshoz való viszonyán alapszik, amely már az alacsony-, közép- és magastermetűekre egyaránt elfogadható értékeket ad.

Örömmel kell megállapítanunk, hogy a testnevelésről szóló 1921-i LIII. törvénycikk igen alkalmas arra, hogy az ország egészségügyét előbbre vigye. Fontos azonban az, hogy a törvény 3-ik paragrafusa, amely azt mondja, hogy a „testnevelésre szükséges intézkedéseket, tanterveket, a testnevelés rendszerét, módját, eszközeit, a ráfordítandó időt a vallás- és közoktatásügyi miniszter állapítja meg", végre is legyen hajtva. A mi középiskoláinkban a tornaórák száma hetenként kettő, a játékdélutánok és kirándulások pedig ezidőszerint nincsenek rendszeresítve. Talán nem lesz érdektelen, ha felemlítem, hogy a németek újabban a testnevelésre ennél sokkal nagyobb gondot for-

dítanak. A birodalmi népjóléti minisztérium orvosi osztálya például azt javasolta, hogy az iskolákban a naponkénti tornaóra vezettessék be, amit hetenként egy, legalább három órás játékdélután s a 12 éves korig hónaponként egy fél, 12 éves kortól felfelé pedig egy egész kirándulónap egészítsen ki.

A testgyakorlás csak úgy felelhet meg céljának, ha azt az egészség követelményeinek megfeleően űzzük. Nagyon fontos tehát, hogy a testgyakorlatokat, illetve a tréninget jól képzett tanerők vezessék. A tornatanárképzés tervbe vett reformja, amely szerint a tanárképző tanfolyam három évre fog terjedni s hogy a tanárok az egyetemi hallgatók sorából fognak kikerülni, e tekintetben csak megnyugvást kelthet.

Láttuk azt, hogy a testgyakorlást veszély nélkül csak az az ember űzheti, aki teljesen egészséges. Ezért fontos az, hogy mindenki, aki a testgyakorlásban résztvesz, orvossal vizsgáltassa meg magát. Igen üdvös volna, ha az Országos Testnevelési Tanács odahatna, hogy a vallás- és közoktatási miniszter úr elrendelné azt, hogy nemcsak a tanuló-ifjúság, de a testnevelésben részesülő leventék és a sportegyesületek tagjai is évenként többször orvosi vizsgálatnak vétessenek alá. Jól tudom, hogy a testnevelési törvényt kísérő 1924/9.000 sz. rendelet a nyilvános iskolai versenyek előtti kötelező orvosi vizsgálatot elrendeli, de a dolog természete azt hozza magával, hogy az első orvosi vizsgálat ne közvetetlenül a verseny előtt, hanem az iskolaév elején, a versenyt előkészítő tréning megkezdésekor történjék meg.

Igen gyakran látjuk azt, hogy a tanulók egyes iskolákban a torna alól tömegesen fel vannak mentve. A felmentés alapjául szolgáló ok legtöbbször az, hogy a tanuló vérszegény, gyenge. Az általános testi gyengeség azonban, ha valakinek szervi megbetegedése nincsen, nem ok a testgyakorlás alól való felmentésre. Éppen ellenkezően. Az ilyen gyermekeknek van az erőbeli állapotukhoz mért testgyakorlásra elsősorban szükségük, azért, hogy megerősödjenek. Hogy ezek a testmozgásra igazán reá szorulók ki ne vonhassák magukat a testgyakorlás alól, célszerű volna annak a behozatala, hogy iskolás gyermekek torna alól csak hatósági orvosi bizonyítvány alapján legyenek fölmenthetők.

A szülőkben rejlő testi és szellemi képességek az utódokban is megjelennek. Mi azonban nem a képességeket magukat, hanem csak azoknak a csíráit örököljük. Ha azt akarjuk, hogy szüleinkhez hasonlók legyünk, vagy hogy őket felül is múljuk, az öröklött csírákat fejlesztenünk kell, képességeinket önmagunknak kell megszereznünk. Az utódok kialakulására az anya képessége, az anya alkata époly szerepet játszik, mint az apáé. Nem szabad tehát a női nemet a testgyakorlás előnyeitől megfosztanunk! Fél munkát végeznünk nem szabad. Ha a nők testgyakorlására époly súlyt fogunk helyezni, mint a férfiakéra, az a közegészségügyre azonnal éreztetni fogja a hatását. A sportolás következtében megerősödött, a fertőző betegségekkel és a gümőkórsággal szemben ellenállóbb, jó testalkatú szülők egészségesebb ivadékot nemzenek. S ha gondoskodunk arról, hogy a gyermekeinkben rejlő öröklött erő ki is fejlődjék, akkor rövid időn belül sokkal több olyan ifjúval fogunk rendelkezni, akik a sportban elsajátított munkakedvvel, szorgalommal és kitartással bátran küzdenek azért, hogy szerencsétlen hazánk régi határait visszaszerezzék!

A svéd nemzet és testnevelése.

Helyszíni tapasztalatok alapján írta: *Béldy Alajos.*

(II. folytatás.)

IV. Királyi központi tornaintézet.

(Kun. gymnastiska Centralinstitutet.)

A) *Peer Henrik Ling*, aki 1799-ben a kopenhágai egyetemet végezte, egy ottani francia vivómester révén megismerkedett a testnevelés fontosságával. Hazajön Svédországba s Lundban vivómesteri állást vállal és az ottani egyetemi ifjúság körében terjeszti a testnevelés eszméit. Csakhamar rájön, hogy anatómiai és fiziológiai ismeretek nélkül helyes testnevelést felépíteni nem lehet, — ezért ilynemű tanulmányokat folytat s kezdeményezőleg lép fel Malmőben és Göteborgban is. Az ifjúság köréje csoportosul s önkéntes tornaegyesületeket alapít; ily módon mindinkább ismertebbekké válnak eszméi s ajánló levelek segélyével a királyhoz fordul, aki 1813-ban május hó 5-én egy tornatanítók kiképzését elősegítő intézet alapítását engedélyezi. Felállítják, egy régi ágyúöntőde épületének tatarozása után, a központi tornaintézetet, amely külsőleg még ma is eredeti formájában áll fenn. — Az alapítás idejében Ling 500 tallér fizetéssel mint egyetlen tanító működik, aki az államnak rendelkezésére bocsátott összegekért *Gutsmuths* tornaszereit hozatta meg — s így a svéd torna a német szereken született meg.

1834-ig a tornatanítói kiképzés igen kezdetleges; határozottabb formát csak 1834 után ölt, amikor a kiképzés idejét másfél évben állapítják meg. Ling működése a tornagyakorlatok összeállításában merül ki. — Csakhamar bekövetkezett halála határozott rendszer kidolgozásában megakadályozták. Halála után fia veszi át atyja örökét, atyja munkásságát logikus formákba önti és rendszeres tornáról szóló fejtegetéseit, mint az első svéd torna szabályait, könyv alakjában kiadja.

Az intézet igazgatósága később javaslatot dolgozott ki a svéd hadsereg testgyakorlataira, valamint a szurony használatára és a vivásra vonatkozólag, amelyet elfogadtak; az intézet falai között a hadsereg oktatóinak tornakiképzése is megindult, és az intézet csakhamar katonai vezetés alá került. 1864-ben kezd a svéd torna mai rendszere az intézet falain belül kialakulni s a német tornától távolodni. Alapját mindinkább anatómiai ismeretek adják, — rendszer kiépítésébe bevonják az akkori orvosi tudományokat és ennek megfelelően fejlesztik a speciális svéd tornaszereket is, amelyeknek szerkesztésénél a test anatómiai mozgatása volt a vezérgondolat.

A kormány 1842-ben rendelte el a kötelező iskolai tornatanítást, de ezt végrehajtani még nem lehetett, részint oktatók, részint tornatermek hiányában, azonkívül a tanítóság ellenzése miatt. Igy 1885-ben

még 118 leányiskolában nem volt tornatanítás, — csak 20 fiúiskolának volt saját terme és 65 fiúiskolában tornatanító nélkül gyakorlatoztak.

Branting vezetése alatt fejlődik 1864 után a jelenlegi egészségügyi torna, míg később *Hjorth, Nerman, Svalling, Levin* igazgatók alatt a pedagógiai gimnasztika lendül fel s éri el jelenlegi fejlettségét.

B) A jelenlegi központi tornaintézet, amelynek alapszabályai 1864. évi június hó 8-án adattak ki, célja, tornatanítók meg tornaorvosok praktikus és teoretikus kiképzése a tornában, a testnevelés ágazataiban s a pedagógiai, valamint az egészségügyi torna módszereiben. Utóbbi oly terjedelemben, hogy a kiképzettek képesek legyenek oly betegeket kezelni, akiknek egészségük helyreállítása céljából a svéd torna előíratik.

A központi tornaintézetnek a jelenleg érvényben levő szabályai szerint *nincs főiskolai jellege;* állami tornatanító-képző, azzal a specifikus mellékízzel, hogy katonai vezetés alatt áll és az intézetben a hadsereg s a tengerészet oktatói is nyernek kiképzést.

Belső szervezetében, de külsőleg is, igen hasonlít a volt bécsujhelyi katonai torna- és vívóintézethez. Ebbeli első benyomásom pozitív alakot öltött, amikor az intézet jelenlegi igazgatója, *Drakenberg* alezredes, megmutatta a bécsujhelyi parancsnokok fényképeit s kijelentette, hogy Bécsujhellyel mindig a legszorosabb kapcsolatot tartották fenn, és annak vezetői a svéd intézetet állandóan látogatták.

A svéd központi tornaintézet, egy évszázadon keresztül a világhírű svéd testnevelési rendszer megalapozója, atavisztikus felfogása és a kormány szűkmarkúsága következtében, — a svéd testnevelés modern irányú rohamos fejlődése mellett, — ódon, szűk falak közé szorítva, teljesen lemaradt. Maga a vezetőség is érzi ezt és a modernebb iránynak csak úgy tudnak hódolni, hogy — hiányos berendezéseik miatt — pszichológiai, egészségügyi teoretikus és praktikus módszerek tanításánál a stockholmi klinikák modern berendezéseit kell igénybe venniök. Az 1918-ban a kormányhoz felterjesztett és vaskos kötetet kitevő javaslat reámutat az intézet szűk kereteire, mely oknál fogva sem számbelileg (1918-ban még mindig 265 férfi és 294 női tornatanár-szakerőhiány volt), sem elméletileg nem felel meg a tornatanítói kiképzés a modern kívánalmaknak. — Összehasonlítást tesz a modern államok testnevelési intézetei között, statisztikai adatokkal világítja meg a svéd testnevelés központjának elmaradottságát. Utal a testnevelés és a honvédelem közötti összefüggésre, mely gondolatra a világháború következtetései vezetik. Ezen javaslat célzást tesz a központi tornaintézetnek *testnevelési főiskolává való kiépítésére,* még pedig az uppsalai egyetemmel kapcsolatban s a javaslat szerint a tornatanári diplomát megszerezni óhajtók 2—3 évig Uppsalát, s 1 évig a testnevelési főiskolát tartoznak látogatni. Ily módon tervszerűen elérték volna, hogy minden tanár egyúttal tornatanár is legyen.

A kormány a javaslatot pénzhiány miatt nem fogadta el, hanem úgy rendelkezett, hogy a jelenlegi tornaintézetet az elméleti tanítás lehetővé tételére kibővíti és városrendészeti tervekkel kapcsolatban 15 esztendő mulva az intézet főiskolává átfejlesztve, a stadion mellett modern épületben nyer elhelyezést.

A központi tornaintézet tanfolyamai a következők:

a) férfiak részére 1—3 évig,

b) nők részére 1—2 évig,

c) tisztek és katonák részére 1—2 évig.

Ad *a)* Azok, akik a központi tornaintézetnek csak 1. évfolyamát végzik el, elemi vagy polgári, vagy hasonló fokú intézetek tornatanárai lehetnek. Ezen évfolyam tornaanyagának beosztása: (október hó 15-től május hó 10-ig).

Nap	7·40—8·30	8·40—9·25	9·50—10·50	12·05—12·55	1—1·50	2·05—2·55	3—3·50
Hétfő	Torna-történelem	Torna, pedagogia és játék	Iskolai testgyakorlás	Iskolai testgyakorlás	Fleurett vivás	Fizika	Szuronyvivás
Kedd	Anatomia				„	Kardvivás	Fiziologia
Szerda	„				Kardvivás	Sportteoria	Kardvivás
Csüt.	Fiziologia				Fleurett	Kardvivás	Szuronyvivás
Péntek	Anatomia				„	Pedagogia	Sportteoria
Szombat	„				S p o r t		

K. I. S. O. Sz. előírása szerint

tornatrikók és tornacipők

legjobb minőségben

Veszely István cégnél

Budapest, Váci-utca 9. szám.

Jutányos árak! Tömeges rendelésnél nagy árkedvezmény. Vidékre mintadarabokat készséggel küldünk.

Férfiak, akik a 2. évfolyam elvégzésére vállalkoznak, középfokú vagy ily jelleggel felruházott iskolák tornatanítói lesznek. A 2. évfolyam tananyaga a következő: (október 15-től május 10-ig.)

Nap	7·40—8·20	8·40—9·25	9·50—10·50	12·5—12·55	1—1·50	2·05—2·55	3—3·50
Hétfő	Anatomia	Torna, pedagogia, praktikus játék	Iskolai torna	Iskolai torna	Magasabb pedagogia	Egészségügyi torna	Kardvivás
Kedd	Fiziologia				Fleurett	Anatomia	Kard-fleurett
Szerda	Mozgástan				Játékteoria	Pedagogia gimnasztika	Kardvivás
Csüt.	Anatomia				Fleurettvivás	Egészségügyi torna-technika	Szuronyvivás
Péntek	Fiziologia				„	„	Kardvivás
Szombat	Mozgástan				Sport		

A 3. év elvégzése az illetőket feljogosítja, hogy egyetemeken tornaoktatói állást vállalhatnak, (az egyetemeken nincs kötelező testnevelés), magán-egészségügyi testnevelői iskolát, orvosi massaget szolgáló intézetet tarthatnak fenn, valamint klinikákon massage-vezetői minőségben alkalmazhatók. A 3. év tananyaga a következő:

Nap	7·30—8·20	7·50—9·20	11·10—11·50	12·05—12·50	1—3
Hétfő	Egészségügyi torna lábbadozó betegeknek	Pedagogiai torna és vivás	Svéd egészségügyi torna	Egészségügyi torna, történeti fiziologiai	Poliklinikai egészségügyi tornagyakorlatok
Kedd			„		
Szerda			Egészségügyi torna-szabályok		
Csütörtök			„		
Péntek			„		
Szombat			Anatomia		

Ad *b)* A hölgyek részére nyilt 1. és 2. évfolyam elvégzése ugyanoly feltételekhez van kötve, mint a férfiaké. A 3. évfolyam felesleges, mert nők massageban, stb., nem alkalmazhatók. Az 1. és 2. évfolyam tananyaga a következő:

I. évfolyam.

Nap	7·45—8·30	8·40—9·30	11·45—2·25	12·50—1·50	2·05—3·05	3·20—4·10
Hétfő	Egészségügyi torna technikája	Játék, sport	Pedagogiai torna és játék	Oktató gyakorlatok	Egészségügyi torna, poliklinikai iskolai gyakorlatok	Fiziologia
Kedd		Pedagog. torna				Anatomia
Szerda		„				„
Csüt.		Játék, sport				„
Péntek		Pedagog. torna				„
Szombat		Pathologia				Fiziologia

II. évfolyam.

Nap	7·45—9·30	10·50—11·40	11·55—12·45	rendszerint	1·10·—2·10	2·5—3·5	3·20—4·50
Hétfő	Poliklinika egészségügyi tornabemutatások	Egészségügyi tornagyakorl.	Pedagogiai torna és játék	Klinikai gyakorlatok	Iskolai tornatanitás	Poliklinikai gyakorlatok és egészségügyi torna	Sport
Kedd		Egészségügyi tornavezetés					Egészségügyi tornateoria
Szerda		Fiziologia					Sport
Csütörtök		Mozgástan					Egészségügyi tornateoria
Péntek		Tornateoria					Fiziologia
Szombat		Egészségügyi tornateoria					Anatomia

Ad *c)* A hadsereg és a haditengerészet évenként 12 hallgatót vezényel, akik elvileg csak egy évet tartoznak hallgatni. A tananyag azonos az ad. *a)* alattival. A 2. év hallgatásához külön miniszteri engedély szükséges; a 3. év elvégzése katonai személyeknek nincs megengedve.

A sport egyes ágazatait a férfi-hallgatók, az 1. és 2. évben a következőképpen művelhetik:

	Elmélet	Gyakorlat
	nap	nap
Uszás	6 „	9 „
Korcsolyázás	1 „	1 „
Ski	8 „	10 „
Futball	4 „	— „
Általános sport	—	5
Cserkészet	2 „	2 „
Katonai sport	— „	2 „
Általános sportelmélet	26 „	— „
Bandy	2 „	3 „

A női hallgatók sportkiképzése ugyanazon keretek között mozog, de megfelelően csekélyebb óraszámmal.

A *fizilogógiai* elméleti kiképzés felöleli:

1. évfolyam: az izom, ideg, lélekzés és a vér fiziológiáját,

2. évfolyam: munka, training, fáradtság, táplálkozás, energia, izzadtság, látás, hallás s az élettan általános teoriáját.

A mozgástan a 2. évben 37 órában taníttatik.

A vivás tanítása 1924-ben a következő beosztásban történt:

	I. évfolyam		II. évfolyam	
	katonai hallgatók	polgári hallgatók	katonai hallgatók	polgári hallgatók
Fleurett, kardgyakorlat	110	110	120	120
Kard	36	36	44	44
Szuronygyakorlat elemei	48	—	28	—
Vivás teoriája, története, katonai vivószabályok	35	35	—	—

A központi tornaintézet a jövő évtől kezdve 3 évfolyam helyett csak 2 évfolyamot tart fenn, de a tanfolyamok tanítási ideje kibővíttetik.

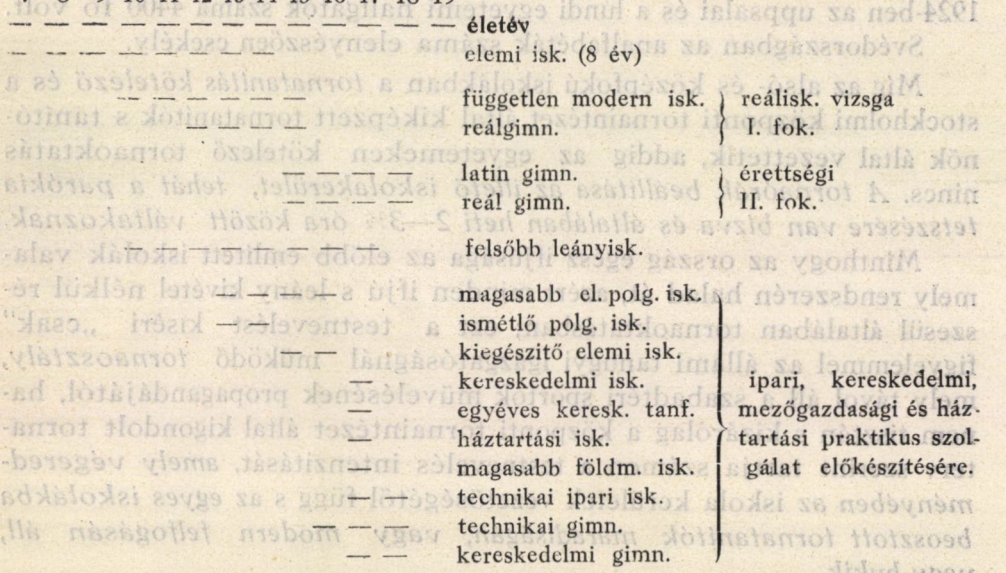
A svéd központi tornaintézet egyúttal a *svéd játékok* melegágya. Súlyt helyeznek arra, hogy az iskolában, különösen a zsengekorú mindkét nembeli gyermekeknél, a testnevelés játék alakjában történjen, mely játék legyen változatos, legyen torna-értéke és egyúttal szellemileg is frissítsen. — A játékok részint *pedagógiai*, részint *szabadjátékok*. A pedagógiai játékok az ügyességnek precíz kivitelét kívánják, tehát vezetést tételeznek fel, míg a szabadjátékok bizonyos szabályok szerint ugró-, lapda-, vagy dobó-játékokat ölelnek fel. Ezen játékokban a svédek ősrégi játékai modern formában elevenednek fel, melyeket mind újabb s újabb formában a *svéd játékszövetség* bocsát az iskolák rendelkezésére.

V. A svéd iskolai testnevelés és a sport.

Svédországban minden alsó- és középfokú iskolájában folyó testnevelésnek alapja a *svéd torna.*

Mielőtt azonban az iskolákban folyó tornával, testneveléssel foglalkoznánk, annak sajátszerű szervezete megértése érdekében szükséges az 1842-iki és az 1921. évben módosított iskolai törvény által rendszeresített iskolákat ismertetni.

A svéd iskolák a következők:



Ezek szerint a svéd iskolák két fokozatúak. Az egyik fokazatból a másikba való átmenet nem a korhoz, hanem az előbb végzett iskolákhoz van kötve. Az elemi iskola, mely az iskoláztatás gerince, 2 alsó osztálya előkészítő, míg a többi 6 osztálya haladottak szellemi továbbképzését szolgálja. A 7—14. év közötti gyermekek iskolakötelesek, *tandíjat nem fizetnek*, akár gazdagok az illetők szülői, akár nem. Az elemi iskolai tanítók tulnyomó része, 70 százalékig, nő; 1923-ban 26.000 tanító működött, akiknek az 1921. évbeli módosító törvény *kiváló existenciát* biztosított.

Az iskolák vezetése a parókiák dolga; minden parókia egy *iskolakerületet* képez, amelyben az iskolaügyeket egy öt tagból álló iskolai bizottság intézi. Az iskolai bizottság egyuttal az iskolák fenntartója is. Az iskolai bizottságok felett a püspökségek gyakorolják a felügyeleti jogot, amelyek mellett a fenntartók elnöklete alatt működő *iskolai felügyelőségbe* a középfokú állami iskolák lektorai is beválasztatnak.

A svéd iskolaügyek legfőbb intézője az *állami tanügyi igazgatóság*, amely az államfő által kinevezett tisztviselőkből áll, amely utób-

biak az igazgatóság osztályainak vezetői és előadói. Csak bizonyos tanulmányi ügyek végső intézője a vallásminiszterium, pl. törvények előkészítése, tanári kinevezések, stb. dolgában; a tanítás lefolytatása, tanítók elhelyezése s kinevezése azonban teljesen az állami tanügyi igazgatóság jogkörébe tartozik.

Svédországnak 2 egyeteme van: Uppsala (1477. év) és Lund (1668. év); ezenkívül Stockholmban van a műegyetem, az orvosi egyetem és 2 magánjellegű egyetem (1 Gotenburgban).

Az egyetemek az európai egyetemek mintájára szervezkedtek. 1924-ben az uppsalai és a lundi egyetemi hallgatók száma 4400 fő volt.

Svédországban az analfabéták száma elenyészően csekély.

Míg az alsó- és középfokú iskolákban a *tornatanítás kötelező* és a stockholmi központi tornaintézet által kiképzett tornatanítók s tanítónők által vezettetik, addig az egyetemeken kötelező tornaoktatás nincs. *A tornaórák beállítása az illető iskolakerület, tehát a parókia tetszésére van bízva és általában heti 2—3½ óra között váltakoznak.*

Minthogy az ország egész ifjúsága az előbb említett iskolák valamely rendszerén halad át, azért minden ifjú s leány kivétel nélkül részesül általában tornaoktatásban; ezt a testnevelést kíséri „csak" figyelemmel az állami tanügyi igazgatóságnál működő *tornaosztály*, mely távol áll a szabadtéri sportok művelésének propagandájától, hanem tisztán s kizárólag a központi tornaintézet által kigondolt tornaterv szerint tartja számon a testnevelés intenzitását, *amely végeredményében az* iskola kerületek vezetőségétől függ s *az egyes iskolákba beosztott tornatanítók maradiságán, vagy modern felfogásán áll, vagy bukik.*

Fentiek szerint a *svéd ifjúság az iskolákban hivatalból szabadtéri testnevelésben nem részesül.*

Ezen hiányon segítendő, a svéd országos szövetség, a svédeket jellemző helyes és szabad sportérzékkel 1917-ben életre hívta *„az iskolai ifjúság torna- és sportszövetségét"* (Sveriges skolungsdoms gymnastik och idrottförbund). Ezen szövetség, alapszabályai szerint a később említett országos szövetség tagja és a különféle iskolákban lévő ifjúságnak *a szabad testnevelésre irányuló szervezkedése.* Az iskolai szövetség célja: az ifjúságnak szabad elhatározásból eredő testnevelési gyakorlatait vezetni, megszervezni és előmozdítani. A szövetséghez tartozó iskolai sportegyesületeknek egységes irányelveket adni, az iskolai ifjúságok sportját más szövetségekkel szemben képviselni. Az iskolákhoz tartozó sportegyesületek a szövetségbe tagokul felvehetők, de előbb az iskolai sportegyesület alapszabályai és az évi tagdíj a szövetségnek beküldendő. *A felvétel felett nem az iskolai sportszövetség, hanem a svéd országos szövetség határoz.* — Minden iskolai sportegyesületnek szavazati joga van, ha két évig már tagja a szövet-

ségnek. Ebben az esetben a kerületi gyűlésen 2 kiküldöttel képviseltetik magukat, akik közül azonban csak egynek van szavazati joga.

Minden év *szeptemberében* a szövetség az iskolai ifjúság számára könnyű athlétikai versenyeket (bajnokságokat) ír ki; éppen úgy a *téli időszak alatt* megrendezi az iskolai síbajnokságokat is, amelyeken minden további nélkül az összes tagiskolák résztvehetnek. *Az iskolai sportegyesületek összes sportügyeinek legmagasabb fóruma nem az iskolai szövetség, hanem az országos szövetség, amelynek az egyes sportágakra kiadott verseny- és rendszabályai az iskolai egyesületekre kötelezők.*

Minden különleges *és csak az iskolai ifjúságot érdeklő* sportágakban azok a szabályok mérvadók, amelyeket az iskolai szövetség állított össze és amelyek az országos szövetség által *szentesíttettek.* Az iskolai sportegyesültek csak az iskolai szövetségen át érintkezhetnek az országos szövetséggel. Azon tanulók, akik az iskolát elhagyták, az iskolának színeiben többé nem versenyezhetnek.

Mint érdekes tényt az iskolai egyesületek alapszabályaiból fel kell említeni, hogy tagjai között helyet foglalnak tiszteletbeli és oly fizető tagok, akik az illető iskolai egyesület sportját támogatni óhajtják.

Versenyeken csak az illető iskolaigazgató engedélyével indulhatnak a tanulók, aki megállapítja egyuttal a versenyzés intenzitása és az elméleti előmenetel közötti összefüggésből eredő sportolási lehetőséget.

1925-ben az iskolai egyesületek száma 21 kerületben 164 volt.

A szövetség évente az *iskolai bajnokságokat* a következőképpen rendezi: *A szövetség a bajnokságok lebonyolítására egy stockholmi egyesületet kér fel.* A felkért egyesület az illető sportágak szövetségeinek közreműködésével *egy bizottságot alakít,* amelynek tanárok is tagjai és amely a bajnokságok kiírását megszerkeszti. A kiírandó bajnokságokat az iskolai szövetség, az *országos szövetség jóváhagyása után,* az összes iskoláknak megküldi.

Az országos iskolai bajnokságokon kívül a vidéki kerületekben iskolai kerületi bajnokságokat *nem rendeznek,* mert ezek feleslegesek; ehelyett ezeket szolgálják az országos szövetség által kiírt kerületi junior-bajnokságok, amelyeken az iskolai ifjúság vesz részt.

Az évente eldöntésre kerülő bajnokságok 3 korcsoportba osztatnak:

Fiúk:
senior 16 éven felül
junior *a)* csoport 15 évig,
junior *b)* csoport 38 kg. nehéz sulyig,
leányok:
senior 15 éves és idősebb,

junior 14 éves és fiatalabb.

A) *Általános sport- és pentatlon-bajnokságok* évente szeptemberben (Stockholmban):

Általános sport:

senior: 100, 400, 1500 m síkfutás, 110 m gátfutás, 4×100 m staféta, magas-, távol-, rúdugrás, diszkosz-, suly-, gerelydobás;

junior: A) 100 m sík-, 100 m gát-, 4×100 m staféta-futás, magas-, távolugrás, diszkosz-, gerelydobás;

junior B) 60 m síkfutás, 50 m gátfutás, 5×60 m staféta, távugrás;

leányok:

60 m futás, 5×60 m staféta, 2 korosztályban;

úszás:

senior: 100, 200, 500 m úszás, 5×46 m staféta, műugrás, vizipóló;

junior A) 100 m gyors-, 100 m mell-, 5×46 m staféta, műugrás;

junior B) 46 m úszás, 5×46 m staféta, műugrás, 2 korosztályban.

Pentatlon seniorok részére:

100 m úszás, magasugrás, 4 Km-es távfutás, gerelydobás, céllövés.

B) Téli sportok bajnokságai és hármas csapatbajnokság, amelyek korhatárok szerint különféle távfutásokból és ugrásokból állanak.

A 3-as bajnokság áll: 15 km sífutás, 100 m-es síkfutás és céllövés sín.

Iskolánként általában megállapítják a korosztályok szerint kirándó teljesítményeket, amelyek idő- és távstandardhoz köttetnek.

Az iskolai ifjúság szabadtéri sportja ily módon a tanügyi hatóságok legnagyobb megelégedésére biztosítva van, s egyuttal fontos kiegészítője lett a kötelező tornaoktatásnak.

A szabadtéri sportok iskolai megszervezése magával hozza, hogy a testnevelési tanárok jó példával előljárva, maguk is sportolnak s így szakítottak a központi tornaintézetből hozott régi felfogással.

Mint kuriozumot kell megemlíteni, hogy iskolai tanulók bármely nyilvános sportegyesületnek is tagjai lehetnek és azok színeiben nyilvános versenyeken is résztvehetnek.

Bár nem tartozik szorosan véve az iskolai testneveléshez, de bizonyos szálak az *iskolai slöjdöt* odafűzik.

A *slöjd* Magyarországon mint agyagmunka és lombfürészet ismeretes. Igazán szeretném tudni, hogy miért nevezik ezt Magyarországon slöjdnek és vajjon ki hozta be ezt országunkba ily elnevezés alatt? Svédországban *slöjd* alatt, a szótár szerint is, *kézügyességet* értenek. Soha agyagmunkát ily elnevezés alatt nem végeztettek, mert ez kijelentésük szerint nem kézügyesség, hanem művészet, viszont a lombfürészet az egészségre káros. *Minden svéd iskolának megvan a maga slöjd-terme,* ahol a fiúk a tanügyi igazgatóság által kiadott tabellák szerint maguk gyártják az állam által ingyen rendelkezésre bocsátott

fából a síket, egyéb precíz famunkákat végeznek, sőt a *fémslöjdben* is bámulatraméltó műremekeket produkálnak.

Ugyanakkor a leányok *ruhaszabási és főző slöjdöt* gyakorolnak és ez éppen oly kötelező, mint az írás, vagy olvasás.

A Svédországban folyó slöjdöt nemzetgazdasági szemüvegén keresztül kell figyelni. A slöjdöt végző gyermekekben, az általuk elsajátított kézügyeség már korán *felébreszti az ipar és kereskedelem iránti szeretetet.* A gyermekek megtanulják a kézügyesség által nyujtott egyéni előnyöket is és így élethivatásul már a korai gyermekévekben *ipari pályát választanak.* Míg tehát nálunk a pályaválasztás csak bizonyos iskolák elvégzése után lehetséges és az állami igazgatás legfőbb gondját az okozza, hogy az intelligens elemekből oly kevesen jelentkeznek ipari pályákra, addig a slöjd lehetővé teszi a pályaválasztást, az ipari pályákhoz való vonzalmat — még az iskolai időszak tartama alatt is.

Hogy tanulja meg a mi ifjúságunk az ipar iránti szeretetet, mikor kézügyessége kipróbálására sem alkalom, sem idő nem kínálkozik? *Az ügyesen alkalmazott slöjdnek az iskolákba való bevezetése az intellektuális osztálynak az ipari pályákra való elterelésének megoldását jelentené!*

A svéd iskolák *berendezéseit* is szóvá kell tenni. A svéd modern iskolák ma az *internátus és szanatórium jellegével birnak,* amennyiben uszodáktól, a legmodernebbül berendezett mosdótermektől kezdve mindenféle hygienikus berendezések állanak a gyermekek rendelkezésére. Igy pl. egy nagy teremben az iskolába érkező gyermeknek naponta szájmosást kell végeznie, mely célra fogpépgépek veendők igénybe; a tanítónők természetesen ezen alkalommal a fogak tisztántartására megfelelő előadásokat is tartanak. Széles, virágokkal és nádszékekkel megrakott folyosókról olvasótermekbe nyithat a gyermek, amelyekben estig tartózkodhatik. Külön tantermek állanak a tüdőgyenge gyermekek rendelkezésére, ahol előadás alatt *tejet isznak és előadás után elkerített helyen levő prémekkel borított fekhelyen élvezik a friss levegőt.* Mindezek, a *gyermekek hygienikus testi fejlődését vannak hivatva előmozdítani,* ami végeredményben a gyönyörűen berendezett tornatermekben csucsosodik ki, melyek pormentesek, világosak és a svéd torna mindenfajta szerével el vannak látva.

Felemlítendő még az a tendencia, hogy immáron minden iskola mellett egy-egy sporttelep létesítése kontempláltatik. Mikor azonban magas, mértékadó körök véleményét kértem ki az iskolák ezen hypermodern berendezésére vonatkozólag, úgy az nem volt kedvező. Az országban ma az általános jólét és modern berendezések következtében túlkényelmesség és az ebből eredő elpuhultság vehető észre. Az iskoláknak túlmodern berendezése már *a zsenge gyermekekben a kényelemre és elpuhultságra való hajlamot kelti fel,* ami főleg szo-

ciális gondolkodásukra van hatással és felnőtt korukban, ezen életmódhoz hozzászokva, hajhásszák a nagyobb kereseti lehetőségeket, ami azután úgy a népegészségügyre, valamint az ország gazdasági s szociális viszonyaira is kihat.

Bármily modernek tehát és hygienikus szempontból tökéletes felszerelésűek a svéd iskolák, — ezen mértékadó körök aggodalommal tekintenek a jövőbe, mert a jövő generációja a modern kényelmet már megszokta és a puritán egyszerűség nemes követésének még a gondolatát is eldobja magától.

Ennek a túlnagy modernségnek és az elpuhultságra vezető útnak egyetlen akadálya: a *szabadtéri testnevelés*. Ezt ismerte fel az iskolák sportszövetsége és e szövetségen keresztül a svéd művelt társadalom.

(Folyt. köv.)

A finn nemzet testnevelése.

Írta: *Bohn Ferenc dr.*

A finn nemzet az atlétikában elért kiváló teljesítményei alapján már évek óta áll a világ érdeklődésének központjában. A külföld úgyszólván csak sporteredményeik után ismeri és mondhatjuk becsüli a finn népet; képzelhető mennyi erkölcsi haszon háramlik a sport révén Finnországra. A legnagyobb elismeréssel adózhatunk a kevés létszámú finn népnek a testi kultúra terén elért kiváló eredményeiért és méltán csodálhatjuk ebben elért hatalmas fejlődésüket. De nemcsak a sport ügye áll ebben az országban magas fokon, egyetemes kultúrállapotaik, demokratikus berendezkedéseik olyanok, hogy sokban követendő példának vehetjük a finn nemzetet. Ezzel, továbbá céltudatos, szorgalmas munkássággal minden bizonnyal a jövőven is az első nemzetek között fogjuk találni őket.

A finn nép érdeklődése és szeretete a sport iránt természetesen rendkívül nagy. A testnevelés, a sport nagyon fontos kultúrtényező a finneknél. Sok külföldi is keresi fel országukat sportintézményeik tanulmányozás céljából. Egy japán professzor már három éve tanulmányozza sportintézményeiket és még két esztendeig szándékozik ott maradni. Szorgalamasan jár a testnevelési főiskola óráira, a városi és falusi iskolák testnevelő óráira, sportegyesületekbe, szóval mindent megfigyel.

De nemcsak a japán professzor, hanem úgyszólván az egész világ keresi, kutatja a módokat és eszközöket, hogy az alig 3 és fél millió lelket számláló finn nép miért képes évek óta a legjobb sporteredményekre. Sok körülménynek tudható ez be; első sorban a faj szívósságának köszönheti kitűnő sporteredményét.

*

A finnek nemcsak a sportban, de minden téren bámulatos haladást értek el az utolsó évtizedekben. Ez szabadságuknak tudható be, amióta szabadon érvényesíthetik faji és nemzeti sajátságaikat. Intézményeiket, művelődésüket tekintve sok eredetiséget, önálló és bátor

kezdeményezést látunk itt. A svéd uralom hosszú évszázadainak mulasztásait igyekszik nagy erőfeszítéssel pótolni, azonban az átvett intézményeket a maga nemzeti sajátosságai szerint reformálja.

A finn név germán eredetű és lápot jelent, országukat *Suominak*, magukat Suomibelieknek tartják. Számtalan tóval és mocsárral teleszórt ország, melynek lakossága gyér, mert egy négyzetkilométerre alig 9 lélek esik. Az ország nagy terjedelmű. Területe közel 400.000 négyzetkilométer, Helsinkitől légvonalban 1600 kilométerig húzódik. Éghajlata hideg, de egészséges. Foglalkozásra nézve nagyobb százalékban mezőgazdasággal, iparral és kereskedelemmel foglalkoznak. A nép ősfoglakozása a halászat és vadászat. A nők itt is, mint a legtöbb európai országban többségben vannak. Oka ennek egyrészt a foglalkozás különbözősége, másrészt az életmód. Egészségügyi viszonyaik általában kielégítők, bár az általános népbetegség, a tüdőbaj ellen ők is küzdenek. A közegészségügy a terméstől függ, ha rossz a termés, a gyengébb táplálkozás folytán különböző fertőző betegségek lépnek fel és a halálozás fokozódik, a születés csökken. A gyermekhalandóság nagyobb itt, mint más országokban, a klíma és a hiányosabb táplálkozás következtében.

A nép típusának fő jellemvonásai: sárgásszőke hajzat, kéklő, szürke szem, sovány arc, kiálló pofacsontok. Testalkatra erős, izmos, termetük kisebb a középnél, bár vannak magas termetűek is. Nyakuk vékony, mellkasuk lapos, karjaik hosszúak, tenyerük széles, lábszáraik rövidek, vékonyak, soványak. Erkölcseik egyszerűek, ragaszkodnak otthonukhoz és becsületesek a legnagyobb mértékben. Vendégszeretőek, hűségesek és állhatatosak. Rendkívül szorgalmas nép, nagy kitartással műveli szegényes földjét, hol a faggyal, hol a sok esőzésekkel küzködik.

Önmegtagadó, rendkívüli életerővel, szívóssággal és edzettséggel bíró nép, ebben a *faj szívósságában, őserejében, egészséges életmódjában* rejlik kiváló sporteredményeik titka.

Egyébként lassú természetű, megfontolt; ha valamit elhatározott azt rendkívül eréllyel végrehajtja. Tudománykedvelő, műveltségszerető kötelességtudó nép.

Táplálkozásuk a miénkhez viszonyítva gyengébb. Kenyerük a fekete rozs és zabkenyér, amelyet évenként 3—4-szer sütnek. Főtáplálékuk a tej, aludttej, vaj, zabkása, hering, burgonya, és a különböző húsfajok és mint specialitás a nyers rénszarvas hús és a fenyőmadár a kedvelt eledelük.

Korcsma nincs, csak csendes alkoholmentes étkező és kávézóhelyeket találunk. Finnország is, miként Amerika, az u. n. „száraz országok" közé tartozik, mert törvény tiltja az alkohol fogyasztást.

Szokaltan talán, hogy oly körülményekre is kiterjeszkedem, amelyek távol állanak a sporttól, azonban azt tartom, hogy a testnevelés a legszorosabb összefüggésben áll egy nép életmódjával, szokásaival, szociális viszonyaival. Egy tanulság az étkezésükre vonatkoztatva mindenesetre meríthető és ez az, hogy nem okvetlenül szükséges túlságos bőséggel táplálkoznunk erőink rendszeres kifejtése alkalmával. Ésszerű, mérsékelt táplálkozással a testi erők a legnagyobb fokban kimüvelhetők, a szervezet életereje így is a maximumra fokozható.

*

A finnek is, mint általában az északi népek, *a testnevelést tudománynak* tekintik. Mikor ezt annak tartják, ezzel nemcsupán megtisztelő címet akarnak adni, hanem jelzik, hogy a testnevelés mai fejlettsége, sokoldalúsága mellett méltó a tudományos kutatás és megfigyelés alapjaira. Mert mi a tudomány? Rendszerbe szedett pozitív ismeret. Felületesen szemlélve a kérdést, a testnevelés inkább gyakorlati tevékenység ,s így látszólag mintha híjján volna a megfigyelés, a rendszerbe szedés feltételeinek. De tudományos tárgyalások lehetősége abban is rejlik, hogy különböző, vele kapcsolatos tudományokból levont elveket, törvényeket alkalmazunk, elsősorban a fiziológia, a biológia, a higiénia törvényeit a testi szervezetre, továbbá a psychologiai és általában a pedagógiai tudományokat, a megnyilvánuló lélek nevelésére. Sok lelki tulajdonságnak kifejlődését egyenesen a testnevelés teszi lehetővé. A finnek a testnevelés körébe vágó kérdéseket szigorúan a tudományosság szemüvegén keresztül vizsgálják. És ezt a tudományos vizsgálódást a testnevelési főiskola végzi.

*

1812-ben indul meg a német rendszerű tornaoktatás és a vívás művelése. Ebben az időben alakulnak meg, kezdetben csak szórványosan a társadalmi tornaegyesületek, ahol tiszta német rendszerű gyakorlatozás folyik. Ugyancsak ezen időben telepszik le *Aaboban* egy olasz származású *Otta* nevű vívómester, aki az egyetemi hallgatókat tanítja vívni. 1830-ban *Pauli* svédszármazású férfiú, a svéd gimnasztikával ismerteti meg a finneket, akinek működésére a svéd torna kezd az országban elterjedni. Pauli után sok lelkes férfiú akad, akik mind a gimnasztika népszerűsítésén fáradoznak. Legkiválóbb közöttük a ma is élő *Heikel Viktor*, aki egyéb alapvető munkássága mellett megírta a gimnasztika történetét négy kötetben.

A finnek azonban nem hívei a tiszta svéd rendszernek. A svédektől kapta ugyan a gimnasztika az impulzust, de amikor átvette, mindjárt meg is indult náluk a differenciáló folyamat és a svéd rendszert saját belátása szerint módosította, úgy hogy oktatási rendszerük a svédekétől teljesen eltér.

Iskolai testnevelésük. — Az iskolákban 1864 óta kötelező tantárgy a torna és minden iskola típusban átlag heti *három* tornaóra van felvéve. Iskolai tornarendszerük a svéd és német gimnasztika egyesítéséből áll és pedig olyaténképen, hogy a svéd rendszer alapján az a céljuk, hogy az ember izomzatát harmonikusan fejlesszék, a német tornaeszközöket pedig az ügyességi gyakorlatok végett használják. A finnek az u. n. orthodox svéd gimnasztikát általában nem gyakorolatják, mert csak általános elvként tartják a svéd rendszert szem előtt. Különben is az egyes gyakorlatoknak a kötött svéd rendszer után való adagolását nem tartják kielégítőnek. Sok szabadsággal és céltudatossággal összeállított gyakorlatok után kialakult az u. n. finn rendszer. Ezt a rendszert legcélszerűbben akkor ismerhetjük meg, ha az óraterveiket tanulmányozzuk.

Nem hagyták figyelmen kívül az újabb dán törekvéseket sem és különösen Niels *Bukh* u. n. *primitív torna* módszerének tulajdonítanak nagy fontosságot az elemi iskolai oktatásban. Lényege a primitív tornának az, hogy folytotnos mozgásban tartja a szervezetet a különböző kar-, láb- és törzsgyakorlatokkal. Ha pl. az egyik csoport vala-

melyik tornaeszközhöz felállott, akkor azok részére, akik a szereken nincsenek foglalkoztatva, elrendelünk törzshajlításokat hátra, kényelmes, lassú ütemben. A tanár ezekre úgyszólván ügyet sem vet, mozdulataikat nem is javítja és a tanulók végzik e hajlítgatásokat addig, míg a tanár más gyakorlatot nem jelöl meg részükre, vagy amíg tornaszerhez nem kerülnek. Ezzel a módszerrel a tornaórát *igen intenzíven* ki lehet használni és nagyon sok gyakorlatot végeztethetünk és így az ifjúságnak úgyszólván semmi pihenésben nincsen a tornaórán része. Úgy tűnt fel nekem a kis gyermekek tornaórája a „primitív-módszer"-rel, mint amikor a festő csak nagy vonásokban rajzolja meg először a kép tervét, a sok vonal között megtaláljuk a jót is, de nincsen precizírozva semmi. A primitív-tornában is végzi a gyermek a mozgásokat, de sulyt még nem helyezünk a ponos kivitelre.

Érdekes volt a főiskolai női hallgatók gyakorlati tanítási óráit szemlélve az elemi leányiskola növendékeit látni, amint padgyakorlatozás mellett azok részére, akik a sorban maradtak, törzskörözések, hajlítgatások rendeltettek el, különböző kargyakorlatokkal egybekötve.

A primitív tornára vonatkozólag *Kaarina Kari* dr-nőnek, az egyik lyceum orvos testnevelő-tanárnőjének jelent meg egy műve: *„Primitiven eli perusvoimistelu"* címen. Ugyancsak lelkes művelője és továbbfejlesztője ezen módszernek Elli *Björksten* kisasszony, aki a főiskolán a nők gimnasztikáját vezeti és a gyakorlati tanításnak is a tanára. Björksten kisasszonynak a neve a svéd szakkörökben is ismeretes. Több ízben tartott Svédországban előadást a gimnasztika rendszereiről és módszereiről.

A fiú-iskolák szakfelügyelője Ivan *Wilksmann*, a leány-iskoláké Anni *Collan*. Véleményük szerint — saját szavaikat idézve — az állami iskolákban a tornaoktatás a tantervüknek megfelelően tökéletesnek mondható, a tanárok a legjobban vezetik a tanítást. A nép- és magániskolákban az állapot már sokkal gyengébb és itt többször kell mintaórákat tartaniok.

Az u. n. finn rendszerben sok a lábgyakorlat, a *futást minden tornaórán többször* is gyakorolják. Természetesen nyitott ablakok mellett, még akkor is, ha hidegebb az idő. A futás intenziv; kultiválása a tüdő fejlesztése szempontjából történik.

Az intézetek ifjúsága 2 csoportra van rendszerint felosztva, az egyik csoport 8—10-ig és d. u. 12—3-ig, a másik 10—12-ig és d. u. 3—6-ig tartózkodik az iskolában. A tanulók az udvaron vagy a közeli játszótéren töltik a 10 perces óraközi szüneteket. Rossz időben az iskola nagyobb csarnokaiban tartózkodnak. *Minden iskolának van játszó tere*, vagy az iskolában, vagy külön a város belső területén. Helsingforsnak 7 ifjúsági játszó területe van. Rendszerint a nyilvános parkoknak egyik része szolgál erre a célra. Az egyik lyceumnak közvetlenül az iskola és a templom között a parkban terül el a játszó területe.

A tornából osztályzatot kapnak a tanulók, a legjobb jegy 10-es. Azonban ezt a jegyet egészen kivételesen adják. Legrosszabb jegy a 4-es. A női lyceum II-ik osztályában tornából a következőképen oszlanak meg a jegyek: Kilencen kaptak 9-est, 8-ast tizenhatan, 7-est tizenegyen.

A falusi iskolákban nem találunk külön tornatermet, rendszerint az egyik nagyobb terem — a padokat félretéve — szolgál a tornaoktatás céljaira. Nem is a felszerelésen múlik a testnevelési ügy fejlesztése, hanem a rendszeres oktatás a lényeg, amely még itt, a falusi elemi iskolákban is megnyilvánul.

Iskolai testnevelési órák anyaga. — A helsinki finn női lyceum II. osztálya (Tanár: *Kaarina Kari* dr. orvos és okleveles testnevelési tanárnő). Az osztály létszáma 36. Járás helyben, 3 perc futás, járás. Sorbontás 4-es sorokba, török ülés, ebben törzsfordítás karütéssel oldalt középtartásba, hangos számlálással. Alapállás. Szökdelés terpeszállásba oldalt, hangos számlálással, guggolás többször, végül rövid ideig maradva ebben a hajlított állásban. Fekvőtámasz, hasonfekvés, karhajlítás az áll elé, ebből karnyujtás előre és hajlítás a vállhoz, egyidejűleg felsőtörzshajlítás hátra. Felállás. Gyorsütemben mély törzshajlítás előre, a kéz a talait érinti. Bordásfal: ugrás többször a második fokra, fej magasságban a fokot fogva. Kettős kör alakítás másfélméternyire egymással szemben állva és ebben a körök által képzett utcában, páronként szemben állva, kézfogással oldalt utánlépéssel szökdelés énekkel, vagy la-la dallammal. Kézkulcsolás, balláb átbújtatás a kulcsoláson, ebben lábfeiforgatás. Páros térdelés, ebben törzshajlítás balra, jobbra. Ugrás helyben, sarokemeléssel.

A tanárnő is, miként növendékei, tornaruhában és tornacipőben látja el az óráit. Heti óráinak száma 23. Az osztálykönyvbe csak órát írják be, de mindenkinek előre el van készítve a tanítási tervezete.

Ugyanezen intézet VI. osztályának tanítási anyaga a következő volt: 4-es beosztás, feilődés 4-es sorokba. Sornyitás. Vállkörzés, mindkét vállal egyszerre. Lábuji állás, karlendítés magastartásba. Jobb támadóállás előre, jobb kar hajlítás vállra. Bal támadóállás oldalt karhajlítás a tarkóra, törzshajlítás balra-jobbra. Váltogatott láblendítés előre és oldalt (énekléssel). Bal terpeszállás előre, karlendítés magas tartásba, törzsdűlés hátra és előre. Párok alakítása, kéz fogás: két utánlépés szökdeléssel és utána guggolás. Ugyancsak párokban a terem körül szökdelve és fél fordulatokat végezve. A párok egymással szemközt állnak egy jó lépés távolságban: karlendítés rézsútos magastartásba, törzsdűlés egymás tenyeréhez való támaszkodással. Török ülés, pihenés. Egynyolcad fordulat törzsdűlés előre, karnyujtás oldalt és magastartásba. Kettős gerenda (bom), egyik térd, a másik feimagasságban, szaladással a felső gerendát fogva, az alsót átugrani lábvetéssel. Az alsó gerendafokozatosan feljebb emelendő. 2 oldalsor, lábujiállás karemelés magas tartásba, 2 arcsor, kézfogás érintő járás, minden 3—4 lépés szaladással. A tanárnő az egész órán beszél és énekel, igen jó kedvvel végzi a vezénylést, szinte bele szuggerálja növendékeibe a jókedélyt, a vidámságot.

Helsinki városi elemi iskola IV. osztálya. Tanár: *Tanner A.* dr. orvos, okleveles középiskolai testnevelési tanár. Osztálylétszám 42. Tanítási anyaga: Szökdelés haránterpeszállásba, jobb karlökés magastartásba, bal karhajlítás hátra. Fekvőtámasz, bal-jobb kar emelésssel és negyed fordulattal. Váltogatott térdemelés. Terpeszállásba szökdelés, futás. Páros kötélen: átfordulás és vissza: ugrás hajlított függésbe, váltogatott karnyujtás oldalt. Ugrószekrény (Plint): ugrás állásba-leugrás. Labdajáték 2 oldalsorban egymásnak hátradobva a

labdát. A népiskolák is igen jó felszereléssel rendelkeznek, ebben a városi elemi iskolában pl. 20 drb. mászó kötelet találtam.

Helsinki fiú-lyceum II. osztálya. Tanár: Kl. U. *Suomala*, aki egyuttal a testnevelési főiskolán a testnevelés történetének, a nevelő tornának, vezénylésnek is a tanára. 4 sorbontás, szaladás helyben, később félfordulatokkal; váltogatott lépőállás, karhajlítás tarkóra, törzsdűlés hátra, erőteljes belégzéssel; terpeszállás oldalt, karhajlítás a mellhez negyed fordulatokkal. Gyors leülés és felállás (versenyszerűen). Váltogatott térdemelés karlendítéssel. Futás. Alacsony nyujtó: ugrás támaszba, váltogatott lábemelés oldalt, haskelep. Játék: ezt a játékot talán legmegfelelőbb *sorstafétának nevezni*, mely abból áll, hogy az oldal sorok időre körül futják kigyóvonalban egymást, az a sor a győztes, mely a legrövidebb idő alatt futott vissza a helyére. Guggolás, fekvőtámasz. Plint: bátorugrás, felállás, leugrás. (Egy plinten három is ugrik, azonban a plintjük hosszabb a miénknél.)

A nevelő torna lefolyása a testnevelési főiskolában. Tanár: *Suomala*. II. évfolyam. A hallgatók száma 9. Körülvonulás vasbotért, négyes beosztás fejvetéssel és hangos számlálással. Kanyarodás négyes sorokba. Bot mellső mélytartásban, mellhez, ebben szökdelés helyben váltogatott láblendítéssel előre, ugyanez a gyakorlat karlökéssel mellső középtartásba. Bal kilépőállás, karnyujtás magastartásba és mérsékelt törzshajlítás hátra. Bal támadóállás oldalt , ebben törzshajlítás jobbra, balkar magas, jobb mély tartásba lendül. Bal támadó állás előre, törzshajlítás hátra karlendítés magastartásba. Ugyanez negyedfordulattal jobbra, térdhajlítás-csere. Jobbkar magastartásba, balkar hajlítás a jobbhónaljhoz, ballábfordítás oldalt. Bal támadóállás oldalt jobbkar lendítés rézsútos magastartásba balkar rézsútos mély tartásba, ebben törzsfordítás jobbra. Terpeszállásba ugrás, bot a tarkón, törzsdűlés előre, karnyujtással előre magastartásba. Váltogatott láblendítés szökdeléssel, utána hajlított állás balkar magas, jobbkar mély tartásba. Súlyba, futás, futásközben fél fordulat botcserével. Ujjon járás lassú ütemben. Sorzárás. botot helyre. Kötél: kettőn függeszkedés, fönt ballábemelés a balkarra a balkéz elengedésével és utánfogással. Ugyanezen évfolyam hallgatói az óra előtti „bumlizás" idejében kivétel nélkül megcsinálták a gyűrűhintán a mellső és hátsó mérleget.

Végig szemléltem egy idősebb tanárnak is az óráját, a lyceum III. osztályáét, azonban ez az óra nem sok értékkel birt. Ugyancsak ezen lyceum VII. o. növendékei a templom mellett elterülő parkban egy testnevelési órát végig bäsballoztak. Ez az u. n. finn bässball játék teljesen hasonló a mi méta játékunkhoz.

Végig néztem a testnevelési főiskola I. évfolyam hallgatóinak játékóráját is. Itt az u. n. kopfballt játszották. Lényege a következő: a terem közepére 170 cm. magas hálót akasztanak, mely a termet elfelezi. Körülbelül 20 cm-es tömör gumilabdát használtak. A szabály az, hogy csak fejjel, vállal vagy mellel üthető vissza, a kéz használata tilos. Amelyik pártnak a tér felén esik le a labda annak egy hibája van. A játék végén megállapítják, hogy melyik pártnál esett többször le a labda, az a vesztes. Ezt a játékot főként azért gyakorolják, mert a levegőbe való felszökkelés sok homorításra ösztönzi, amely viszont a helyes testtartásra szorítja a játékost.

Már e néhány óratervből is látható, hogy a finnek nem követik

mindenben a svéd rendszer. A bordásfalat pl. csak egyetlen egyszer láttam alkalmazni. A szabad gyakorlatoknál a törzs- és lábgyakorlatok dominálnak. Egyszerű kargyakorlatot csak ritkán végeznek. Mint már emlitettem, futást sokszor végeztetnek a növendékekkel egészségtani szempontból, miként az izomzat vastagszik, ha munkáját növeljük akként fejlődik a tüdő térfogata is, ha a légzés mozgásait élénkítjük. A játéknak szintén nagy szerepe van tornaoktatásukban. Meg tudják szerettetni a játékot növendékeikkel, azért jókedvvel űzik. Általában a testgyakorlati órák ott az örömnek, jókedvnek órái. A tanár szeretetreméltó modorával a tanulókba valósággal beleszuggerálja a jókedély érzetét. Különösen a leányok testgyakorló órái igen kedvesek, az énekléssel egybekötött szökdelő gyakorlatok pompásan fejlesztik a ritmus érzékét.

(Folyt. köv.)

SZEMLE

Az atlétikai tömegoktatás módszere.

Akkor, amikor az iskolai testnevelés egyik céljának tekintjük a sportra nevelést, a legfőbb vágy, hogy a diák ne csak alap-fizikai készségeinek kiképzésében, hanem egyes sportágak speciális oktatásában is részesüljön. Hogy az iskola ezen célját elérje, a sok feltétel között szerepel az a kívánalom, hogy a sportra oktatás tendenciája már az első fokon megnyilvánuljon. Természetesen a maga játékos formájában!

Igen hibás okoskodás a sportban a tehetségkeresését a „kifejlett ifjúkorig" elodázni. Egyáltalán nem áll ellentétben a pedagogia megállapításaival az a törekvés, hogy a sportra született tehetségeket már a korai ifjúkorban keressük. Sőt! A modern pedagogia oktató és nevelő ténykedését az individualizálás szélső határáig törekszik kitólni. Az eszmény: a meglevő szellemi és testi készségek alapján az egyéni foglalkoztatás. Hogy ezen a téren az atlétika kis gyermekembereknél a formák és szabályok komolyabb értékelésének határáig jusson, szükségesnek mutatkozik előzőleg, bizonyos szabályok megismertetésével az alap mozgási formák begyakoroltatása. Az iskolában folyó tömeg-testnevelés keretében, az atlétika egyes ágainak pedagogiai szempontból helyes és eredményes egyéni oktatási lehetőségét tehát csak az általánosságban jól elismert, sablonos mozgási formák (egyes sportágak stílusainak) — együttes — (tömegben történő) begyakorlásával biztosíthatjuk.

Ha ezen foglalkoztatást pedagogiai szempontból vesszük bírálat alá, oly belátásra juthatunk, mely értékét nagyban alátámasztja. Azon főtörekvéstől eltekintve, hogy ily módon a sportszempontból helyes mozgási formákat tömeggel elsajátithatjuk, mint ennek szükségszerű következménye, lép előtérbe az, hogy egy oly hálás lelkiállapotot ébreszthetünk a „komoly sporttal" foglalkozó kis diákok körében, mely úgy az ügyes, mint a kevésbé tehetségesben a tudatos törekvést a legnagyobb mértékben biztosítja. Ez egy oly hatalmas érték, melyet a későbbi esztendőkben már semmiféle módszerrel sem lehet a

nagy tömegben felidézni. Atlétikában u. i. a szórakoztató elem kevesebb, mint pl. a futballban, vagy a síelésben; inkább versenysport és így a versenyszenvedély csak az „aspiránsokat" tüzeli. Tíz éves gyermekeknél azonban az atlétikai tömegoktatásban még lehet oly műfogásokat alkalmazni, mely kiemeli azt a tornagyakorlatok köréből és izgalmas versenyjátékká formálja, pl. a stafétafutás szabályos váltásának száraz technikáját.

Jövő számunkban, fenti cím alatt azon módszeres eljárást fogjuk ismertetni, mely különösen a 9—12 éves korosztályon belül alkalmas az atlétikai mozgásformák tömeges begyakorlására. Alapul fog szolgálni a normál-iskola: 40—50-es osztálylétszám, padozott tornaterem, iskolai udvar.

Bély Miklós.

A Testnevelési Főiskola kebelében létesített vívó tanfolyam. A vallás- és közoktatásügyi miniszter 10456. XIII./1926. sz. a. kelt rendelete alapján a Testnevelési Főiskola kebelében három éves vívótanfolyamot létesített, mely február havában vette kezdetét. Berti László főtanácsnok, a tanfolyam vezetője, a főiskola igazgató-tanácsához intézett jelentésében részletesen beszámol a tanfolyam eddigi kiváló eredményéről. A tanfolyam 36 résztvevője közül igen jó előmenetelű minősítést tizenkilencen, jó előmenetelt tizenegyen értek el és mindössze hat hallgatónak a II. évre való felvételét nem javasolja a tanfolyam vezetője. Az eddig elért értékes sporteredmény alapján, Berti László főtanácsnok jelentésében azon javaslatát terjeszti a főiskola igazgató-tanácsa elé, hogy az idei tanévben, a most már II. évfolyam továbbra is fenntartassék.

A bolognai testnevelési főiskola. Az idei tanévben nyílt meg a bolognai egyetem orvoskari fakultásába kapcsolt testnevelési tanárképző első évfolyama. A hallgatók soraiba felvétettek az egyetem bármely karára beírt hallgatók és olyanok, akik valamely főiskolát már elvégeztek. A tanfolyam két évig tart, melynek elvégzése után a hallgatók oly végbizonyítványt kapnak, amely őket a testnevelés kérdésével kapcsolatban álló (testnevelési tanári, testnevelési felügyelői stb.) állásokra elsősorban képesíti.

Amerika és hazai testnevelési ügyünk. Herbert L. May, a Playground and Recreation Association of America európai megbizottja hosszabb időt töltött Budapesten, hogy részleteiben is megismerje testnevelés-ügyünk szervezetét. Tárgyalást folytatott az illetékes hatóságokkal és szakférfiakkal, hogy biztosítsa Magyarország és az általa **képviselt egyesület közötti kapcsolatot.**

Weltkurier-internationale Zeitschrift für Reise, Bäder, Sport und Gesellschaft. Ezen címmel Halász Zsigmond közismert közgazdász és publicista szerkesztésében egy új havi revue jelent meg. A gyönyörű kiállítású, tartalmában gazdag, folyóirat a külföld meghódítására indult. Magyar kulturánk, természeti szépségeink és kincseink értékéről felvilágosítani a nyugatot; — ez a Weltkurier célja. Fejlett sportéletünk szintén értékének megfelelően meghallgatásra talál benne, amit kifejezésre juttat az a körülmény, hogy az első szám írói között sportéletünk nem kisebb nagyságai, mint Donáth Leó dr., Delmár Walter, Bárány István adnak számot sportkulturánk fejlettségéről.

Tanulmányutak. A nyári hónapokban, mint az állam vagy a székesfőváros tanácsának kiküldöttei, az alábbi szakférfiak voltak külföldi tanulmányúton. Kmetykó János főiskolai tanár: (Ausztria, Dánia, Német- és Svédország); — Misángyi Ottó főiskolai tanára (Anglia); — Brunner Éva, szfv. testnevelési tanár és Martos János testnevelési tanár, (Ausztria); — Doby Ida áll. ovónőképző intézet testnevelési tanára és Wéber Edit szfv. testnevelési tanár (Svéd- és Finnország); — vitéz Elek József áll. testnevelési szakfelügyelő (Ausztria).

Gyulay Ágost dr. egyet. m. tanár, a Testnevelési Főiskola igazgatója október hó elején indul németországi tanulmány útjára.

Helyreigazítás. Közlönyünk legutóbbi számában, Bély Miklós Versenyevezés c. közleményében (204. l. alulról 3. sor) art. sternoclaviculare helyett olv. art. sternoclavikularis; art. coracoclaviculare helyett olv art. acromioclavicularis.

Jövő számunkban megnyitjuk a Kérdések és Feleletek rovatát. Ezen rovatban a szerkesztőség a hozzá intézett szakkérdésekre válaszol.

M. Kir. Testnevelési Főiskola hivatalos közleményei.

A folyó tanév megkezdése a Testnevelési Főiskolán is mozgalmas életet teremtett. Július 2-án éppen a Testnevelés-Sport adta először hírül, hogy a vallás és közoktatásügyi minisztérium a főiskola első évfolyamára leendő felvételek iránt pályázati felhivást bocsátott ki s így ez évben a főiskola immár két működő évfolyammal közeledik a teljes kiépítés, a hároméves főiskola felé.

A pályázati határidő lejártáig 62 férfi és 56 nő kérvényezte az első évfolyamra való fölvételt, kik — az előírt képzettséggel rendelkezvén — valamennyien meghívást nyertek a folyó hó 15—18-ig az igazgatótanács tagjaiból álló bizottság előtt tartott fölvételi vizsgálatra. A vizsgálat állt egy általános írásbeli intelligencia-vizsgálatból, orvosi szemléből és gyakorlati vizsgálatból, mely kiterjedt úgy az atlétikára, mint a svéd és német tornára. A vizsgálati követelményeket a pályázati felhívás tartalmazta, a bizottság azonban ezenfelül inkább a meglévő készség és fejlődési lehetőség szempontjából bírálta a jelölteket. A vizsgálóbizottság javaslatára az igazgatótanács a főiskola I. évfolyamára rendes hallgatókul fölvette a következőket: *Barcsay* Kálmán, Sz. *Benedek* László, *Biró* Ferenc, *Bosnyák* Vilmos, *Christián* László, *Fazekas* Pál, *Hefty* Pál, *Hidassy* Dezső, *Huszár* Kálmán, *Kerezsi* Endre, *Markos* Dezső, *Mayer* István, *Morich* Ervin, *Nagy* György, *Nagy* Zoltán, *Nyiri* Sándor, *Orbán* Ferenc, *Ötvös* Károly, *Schmidt* Gvula. *Szabó* József, *Száraz* György, *Szendeffy* János, *Tajthy* Kálmán, *Turkovics* Alajos, *Varga* Jenő, *Bartalics* Ilona, *Bónis* Emma, *Dezső* Éva, *Falusy* Margit, *Faragó* Aranka, *Fekete* Judit, *Finály* Klára, *Gaál* Emma, *Ghyczy* Edit, *Harmath* Ilona, *Hoffmann* Klára, *Jess* Hildegard, *Kael* Anna, *Kardhordó* Mária, *Koppányi* Ella, *Lányi Lindner* Marianna, *László* Emma, *Löwengard* Kornélia, *Panek* Mária, *Pályi* Margit, *Schoditsch* Erzsébet, *Szőllősy* Ilona, *Vadas* Lidia, *Ződi* Terézia, vagyis 25 férfit és 25 nőhallgatót, ezenkívül rendkívüli hallgatóul *Kaltenbach* Istvánt. A fölvétellel egyidejűleg az igazgatótanács javaslatot tett a hallgatóság segélyezésére vonatkozólag s ezalapon a vallás- és közoktatásügyi minisztérium ösztöndíjban részesítette a következő hallgatókat. Teljes ellátást és bentlakást nyert 6 első évfolyamú, 10 második évfolyamú férfihallgató, havi 500.000 K-s pénzsegélyt nyert 1 férfihallgató és 15 nőhallgató, 250.000 K pénzsegélyt nyert 6 férfihallgató és 10 nőhallgató, ingyen ebédet kapott 10 hallgató. A segélyek elbírálásánál a hallgatók egyéni rátermettsége és vagyoni viszonyai vezették az igazgató-tanácsot. A vallás- és közoktatásügyi minisztérium ez áldozatkészségével sok drága kincset tart meg a testnevelő-tanárképzés s egyúttal a magyar testnevelés számára.

A beiratkozások f. hó 21-én és 22-én folytak le, 27-én pedig a szervezeti szabályzatban megállapított óraterv szerint kezdetüket veszik az előadások. A szervezeti szabályzat a főiskola hallgatóságára nézve a következő kötelező kollégiumokat írja elő: az I. évfolyamon bonctan, testfejlődéstan, a testnevelés elmélete, a svéd és német torna elmélete, gyakorlata és módszertana, atlétika elmélete, gyakorlata és módszertana, játékok, lélektan és gyermektanulmány, magyar művelődéstörténelem, vívás és tánc a nők részére; a II. évfolyamon: élettan, egészségtan és első segélynyujtás, a test-

nevelés elmélete, svéd és német torna elmélete, gyakorlata és módszertana, atlétika elmélete, gyakorlata és módszertana, elméleti pedagógia és gyakorlati tanítás. Továbbá ama rendes hallgatók részére, akik nem folytatnak egyidejűleg egyetemi tanulmányokat is, vagyis akik nem középiskolai tanárjelöltek vagy medikusok, külön előadások is tartatnak a következő anyagokból; az I. évfolyamon: cserkészet, svéd és német tornagyakorlatok, atlétikai gyakorlatok, német és angol nyelv, a második évfolyamon svéd és német tornagyakorlatok, atlétikai gyakorlatok, iskolai játékok, német és angol nyelv.

A főiskola élén ez évben is *Gyulai* Ágost dr. főiskolai igazgató, *Szukováthy* Imre dr. tanulmányi igazgató áll, az előbbinek tanulmányos és pedagógiai multja, az utóbbinak orvosi és szakirányú készültsége a legnagyobb biztosíték fejlődésben levő intézményünk helyes kialakulására. Mellettük az igazgató-tanács végzi a szervezeti szabályzatban megállapított irányító funkcióját. Az igazgató-tanács tagjai ez évben: *Bohn* Ferenc dr., *Demény* Károly, *Kmetykó* János, *Misángyi* Ottó, *Quint* József és *Stankovits* Szilárd, mindannyian a magyar testnevelés ügyének évek óta leghivatottabb vezérei és legnagyobb emberei.

A főiskolán folyó előadások ellátására a következő tanárok nyertek megbízást: a bonctanra és fejlődéstanra, illetőleg anthropológiára *Kiss* Ferenc dr., az élettanra *Deseő* Dezső dr., egészségtan és első segélynyujtásra *Szukováthy* Imre dr., a testnevelés elméletére *Bernáth* János, a svéd és német torna elméletére *Kmetykó* János, gyakorlatára a férfiaknál és a II. évfolymon a nőknél: *Kmetykó* János, az I. évfolyamon a nőknél *Jellencz* Margit; atlétika elméletére, gyakorlatára és módszertanára *Misángyi* Ottó, sportszerű játékokra *Malaky* Mihály, iskolai játékokra férfiaknál *Záborszky* Sándor, nőknél *Doby* Ida, lélektanra és gyermektanulmányra, elméleti pedagógiára és a gyakorlati tanítás vezetésére *Quint* József. Magyar művelődéstörténet és német nyelvre *Gyulai* Ágost dr., vívásra *Berti* László, ritmikus táncgyakorlatokra *Wéber* Edit. A német nyelvre *Koszó* János dr., a cserkészet elméleti előadására *Zsembery* Gyula dr., az angol nyelvre *Tantum* George. Segédoktatói minőségben megbízást nyertek: a tornára (férfiaknál *Kmetykó* Lajos, nőknél *Brunner* Éva), a vívásra *Kautny* Károly és a ritmikus táncgyakorlatokra *Győry* Margit. Róluk nem is kell szólnunk, mindegyik névnek szép csengése van. Munkásságukban sok hasznát látják a főiskola rohamosan fejlődő könyvtárának, mely máris az ország egyik legnagyobb és legmodernebb testnevelési könyvtára, továbbá a gazdag diapozitív gyüjteménynek, mely úgyszólván egyedüli hazánkban. Szó van újabban a testnevelés ügyét érintő és a szakoktatásban felhasználható filmek gyüjtéséről is, melyekhez már a legmodernebb filmgép is rendelkezésére áll a főiskolai oktatásnak.

A hivatalos *Veni Sancte* október 2-án lesz a főiskola aulájában, mely után ünnepély keretében fogja a főiskola második tanévét megnyitni. Az ünnepély műsora: Hiszekegy, *Gyulai* Ágost dr. megnyitó beszéde, *Szukováthy* Imre dr. előadást tart a testnevelő tanárképzésről, zárószó, tartja: *Gyulai* Ágost dr. és Himnusz.

Testnevelési Tanárok Országos Egyesületének hivatalos közleményei.

A nyári szünet befejeztével ismételten megkezdődik az egyesület munkássága. Az október hó elején összeülő választmány elsősorban a III. Egyetemes Tanügyi Kongresszus testnevelési szakosztályának munkaprogrammjával fog foglalkozni, melyet az O. T. T. iskolai testnevelési szakosztályával egyetértően terjeszt a kongresszus igazgató-tanácsa elé. Ezen ülésen fogja a választmány megállapítani az egyesületi év munkaprogrammját; így a szakelőadások és vitaestélyek rendjét, (vidéki) vándorülések és az 1927 nyarára tervezett társas tanulmányi kirándulás módozatait stb. Folyó-ügyek tárgyalása mellett dönt továbbá a választmány a tagoknak írásban beküldött indítványai felett. Eddig két ily indítvány érkezett az egyesülethez. 1. Országos tornaünnepély és sportversenyek feleleventése, 2. A kultuszminiszterhez intézendő felirat, az állami középfokú iskolákban, a „külön-torna" és az iskolai vívó-tanfolyamon a II.—IV. osztályos tanulók részvételének engedélyezése tárgyában.

Tekintettel azon körülményre, hogy októberi választmányi ülésünkön több, a vidéki kartársakat érdeklő tárgy kerül megvitatásra, az Elnökség ily formában is felhivja a vidéki kartársak figyelmét a választmány azon korábbi határozatára, mely szerint ők a választmányi üléseken megjelenhetnek, ha nem is tagjai a választmánynak. Az ülés napja, helye és ideje a Nemzeti Sport és az Ifjúsági Testnevelés c. lapokban lesz közzétéve.

Figyelembe véve azon körülményt, hogy a kar érdekeit és egyesek törekvéseit egyesületünk céljának megfelelően a választmány mindenben biztosíthassa, az Elnökség ismételten felhivja a kartársak figyelmét az alapszabályok 17. §-ának azon rendelkezésére, mely szerint bárkinek jogában áll: „A választmányhoz írásbeli indítványt beterjeszteni. Indítványának a választmány előtt való tárgyalása alkalmával az üléseken megjelenni, ott indítványa érdekében felszólalni, miért is ezen ülésekre meghivandó."

Szerkesztőség és kiadóhivatal:
Budapest, VII., Rottenbiller-utca 35.
Telefon: József 146—10.

Szerkesztésért és kiadásért felelős:
BÉLY MIHÁLY.

Fővárosi nyomda rt. Budapest, VI., Lovag-utca 18. Felelős v.: Duchon J.

EGYETEMI KÖNYVTÁR SZEGED

Tornaszerek-, atlétikai cikkek és sporteszközök gyára

LOPOS GYULA

BUDAPEST

III, BÉCSI UT 85. — TELEFON: 113—44.

A gyárba beolvadt Feiwel-féle iskolapad és iskolabutor-gyár mintáinak kizárólagos készitője.

Futball-, füles és egyéb játékszerek a legjobb minőségben.
Költségvetést a legnagyobb készséggel küldök.

SPORTÉRMEK
és PLAKETTEK
tisztelet- és vándordijak.
egyesületi fém- és zománc
JELVÉNYEK

MORZSÁNYI-nál
BUDAPEST, IV., ESKÜ-UT 5. SZÁM
(Az Erzsébet-hidnál, Klotild-palota)
Kisosz, Leventeegyesület stb. szállitója

FUTBALL és ATLÉTIKAI

felszerelések legjobb minőségben.
Jutányos árak!

Kertész Tódornál, IV., Kristóf-tér

Olasz vivófelszerelések, torna ruházat, futball és egyébb sportcikkek legjobb minőségben és legolcsóbban:

Macher Rezső és Társa

cég szállit

Budapest, VI., Podmaniczky-u. 45.

Árjegyzék ingyen és bérmentve.

Futball

és

atlétikai

teljes felszerelés

olcsó

és

luxus-kivitelben

Weszely István

Budapest, IV.,

Váci ucca 9. sz.

Levente felszerelések.

Khaki levente sapka, levente paizszsal Ia minőség	28.000	Pelikántoll	2.000
Ugyanaz gyapjuszövetből	32.000	Sastoll (valódi)	6.000
Khaki levente kalpag tiszta gyapjuból paizzsal és jelvénnyel	50.000	Leventejelvény (valódi)	2.000
Levente sapka (iskoláknak)	27.000	Magyar mellcimer 9×13 nagyságban futball-, torna- és levente ingekre	12–15.000
Diák ernyős (tányér) sapka	62.000		

Futball és atlétikai felszerelések legdusabb raktára

Dr. FODOR és BALOGH sportházában

VII., ERZSÉBET-KÖRUT 33. (Royal Orfeum mellett) — Telefon: J. 129–26

FŐVÁROSI NYOMDA RT.