

ПРОВЕРЕНО
1958 г.

ПРОВЕРЕНО

1918 г.

95914



О задачах общества содѣйствія физическому развитію.

Mens sana—in corpore sano.

Лишнее упоминать о томъ, какое видное мѣсто должна занимать въ дѣлѣ воспитанія забота о физическомъ развитіи; необходимость заботиться о томъ, чтобы изъ воспитываемаго дитяти выросъ человѣкъ сильный, здоровый, съ уравновѣшеннымъ миромъ духовнымъ и физическимъ—до такой степени признана въ настоящее время, что положеніе это можетъ быть признано аксіомой современнаго воспитанія. Но далеко еще не всѣми признана необходимость и для взрослыхъ такой обстановки, которая устраняла-бы вредныя послѣдствія сидячей жизни и вообще однообразно-односторонняго образа жизни. А между тѣмъ забота о поддержаніи силы и крѣпости тѣла въ людяхъ взрослыхъ не менѣе важна, чѣмъ у дѣтей: то и другое обусловливаетъ душевное равновѣсіе, сравнительное долготлѣіе и наиболѣе производительную работу того или другаго члена общества.

Когда жизнь была проста, когда огромное большинство жило въ большей или меньшей близости къ природѣ, люди были здоровѣе и крѣпче; но по мѣрѣ развитія и усложненія общественной жизни, по мѣрѣ увеличенія городского населенія и развитія фабричной обрабатывающей промышленности порвалась эта благодѣтельная близость къ природѣ и отъ этого пострадала весьма значительная часть человѣчества, или вѣрнѣе цѣною своей физической крѣпости и здоровья приобрѣла сомнительныя выгоды большаго заработка.

Трудъ земледѣльца тяжелъ, иногда неблагодаренъ, но за то земледѣлецъ имѣетъ въ изобиліи свѣжій воздухъ, землю, воду, небо и находится въ зависимости только отъ стихій; заработокъ его скуденъ, но самъ онъ, его семья обладаютъ драгоценнымъ благомъ: они здоровы и сильны.

Мастеровой имѣетъ заработокъ большій, но условія его жизни уже не столь благоприятны: вмѣсто поля—тѣсная мастерская, вмѣсто чистаго и свѣжаго воздуха—затхлая атмосфера его рабочей каморки, вмѣсто свободныхъ движеній—сидячая жизнь: лишній грошъ покупается на счетъ здоровья. Еще выше зара-

ботокъ мастера фабричнаго—и еще хуже его гигиеническая обстановка; получается какая-то роковая обратная пропорція: больше денег—меньше здоровья.

А между тѣмъ развитіе и усложненіе жизни все увеличиваются, города растутъ, увеличивается въ громадной соразмѣрности обрабатывающая фабричная промышленность, совершенствуется не по днямъ, а по часамъ техника,—больше и больше людей отрываетъ отъ деревни и поглощаетъ городъ. Условія же нашей городской жизни еще очень далеки не только отъ совершенства, но часто даже отъ наименьшаго количества гигиеническихъ требованій. Тѣснота, недостатокъ простора и чистаго воздуха, крайняя загрязненность почвы, крайній недостатокъ здоровыхъ квартирныхъ помѣщеній, съ одной стороны—и дурныя привычки: сидячая жизнь, отвращеніе отъ физическихъ упражненій, вино и карты особенно успѣшно губятъ здоровье нарождающихся, подростающихъ и зрѣлыхъ поколѣній какъ низшихъ, такъ и высшихъ классовъ. Съ каждымъ поколѣніемъ понемногу изсякаютъ запасы здоровья и силы, а для грядущихъ поколѣній все растетъ запасы причинъ вырожденія и истощенія. Что это не фантазія наша, а сама дѣйствительность, это слишкомъ очевидно доказывается тѣмъ, что постепенно возрастаетъ процентъ негодныхъ къ военной службѣ и львиная доля такихъ доставляется городами,—что преждевременное истощеніе, невращенія, нервныя болѣзни, общая слабость организма стали болѣзнями вѣка и на это зло съ одинаковымъ опасеніемъ смотритъ правительство, печать и общество.

Не въ нашихъ средствахъ, не въ нашихъ силахъ дать другое направленіе этому могучему современному теченію общественной жизни; мы не знаемъ къ чему оно приведетъ и когда окончится. Не въ нашихъ силахъ также сразу уничтожить сложившіяся годами дурныя, вредныя привычки. Но нельзя оставить безъ всякаго противодѣйствія, стоять сложивъ руки и молча наблюдать за вышеописаннымъ растущимъ зломъ; родителямъ нужны здоровыя и крѣпкія дѣти, государству нужны сильные и здоровые граждане, а не хилые и тщедушные людишки; каждому человѣку лично для себя нужны здоровье и душевное спокойствіе,—эти краеугольные камни личнаго счастья.

Отсюда ясно, какъ насущно необходимо и своевременно каждое начинаніе—правительственное или частное,—имѣющее цѣлью развитіе и распространеніе идей о необходимости физическаго воспитанія, физическаго развитія и физическихъ упражненій какъ для дѣтей, такъ и для взрослыхъ.

Конечно, что касается учащагося поколѣнія, то въ нашихъ среднихъ и низшихъ учебныхъ заведеніяхъ обращается должное вниманіе на физическое развитіе; въ упомянутыхъ заведеніяхъ, гдѣ позволяютъ помѣщеніе и средства, существуетъ гимнастика. Но она обыкновенно идетъ одновременно съ умственными заня-

тіями, ей посвящается сравнительно немного времени и она по необходимости производится въ закрытыхъ помѣщеніяхъ, а не на свѣжѣмъ воздухѣ; кромѣ того лучшій періодъ нашей суровой природы — лѣто — дѣти свободны отъ школьныхъ занятій и ихъ физическое развитіе на это время ускользаетъ отъ контроля и воздѣйствія школы. Да школа и не включаетъ всѣхъ дѣтей; многія на всегда остаются еще внѣ школы, другія еще не вступили въ нее (дѣти до-школьнаго возраста). Самое же главное — на долю школы достается имѣть съ ребенкомъ или юношею дѣло только съ утра и до полудня: все свое остальное время онъ проводитъ въ своей семьѣ дома, подъ непосредственнымъ надзоромъ родителей.

Дома дитя должно найти соответствующую гигиеническую обстановку, здоровую и питательную пищу, и достаточно пространства, свѣта и воздуха, чтобы побѣгать, поиграть, поупражняться на свободѣ свои члены. Но далеко не всѣ дѣти найдутъ это дома, въ своей семьѣ. Гдѣ возьметъ простора и свѣжаго воздуха для своего ребенка рабочій, ютящійся съ семьей въ подвальномъ этажѣ дома на людной улицѣ, гдѣ возьметъ гигиеническую обстановку и питательную пищу мать, едва прокармливающая своихъ дѣтей своимъ скуднымъ заработкомъ, гдѣ возьметъ простора для своего ребенка житель современнаго города на улицахъ, кипящихъ движеніемъ, въ многоэтажныхъ домахъ, поражающихъ своею огромностью?

Что это вопросы не праздные, — вопросы животрепещущіе, доказываетъ то, что уже давно на нихъ обращали вниманіе серьезные, благомыслящіе люди, коимъ дороги интересы своего народа, — что одно за другимъ возникаютъ общества, принимающія на себя задачу — посильно способствовать практическому разрѣшенію этихъ вопросовъ, — общества содѣйствія физическому развитію.

Возникновеніе обществъ для содѣйствія физическому развитію и имъ подобныхъ началось не со вчерашняго дня.

Не менѣе полустолѣтія назадъ въ школахъ сначала нѣмцевъ, а потомъ и нашихъ, вмѣсто существовавшихъ до тѣхъ поръ дѣтскихъ игръ, получило большое господство гимнастика, какъ методъ физическаго развитія организма. Главными мотивами для ея введенія, а потомъ быстрого распространенія, послужили наполеоновскія войны. Необычайные успѣхи французскаго завоевателя, частыя пораженія своихъ войскъ, принудили нѣмцевъ искать причинъ этого и озаботиться о развитіи въ своихъ согражданахъ наибольшаго количества силы, ловкости, мужества, къ чему наилучшимъ средствомъ признана была гимнастика Яна, отличавшаяся множествомъ акробатическихъ штукъ.

Между тѣмъ, недалеко, по ту сторону Британскаго залива, другой народъ, ни мало не робѣвшій передъ Наполеономъ, — именно англичане, — издавна отличался какъ разъ именно тѣми же самыми качествами, которыя нѣмцы старались развить въ своихъ согражданахъ, а именно: мужествомъ, твердостью,

неустрасимостью, рѣшительностью, чувствомъ своего достоинства и крѣпкими мускулами, и этими сторонами своего характера они вовсе не обязаны гимнастикѣ.

Такія качества англичане, по собственному своему глубокому убѣжденію, получаютъ на площадкахъ для игръ молодежи; и вслѣдствіе этого убѣжденія, твердо укрѣпившагося въ нихъ, они скорѣе способны представить себѣ любую школу безъ учебной комнаты, чѣмъ школу безъ площадки для игръ...

Тѣмъ не менѣе, первоначально, цѣль введенія гимнастики—была такова: способствовать развитію силы и ловкости—въ военныхъ цѣляхъ; такую цѣль имѣли основавшіеся тогда гимнастическія и имъ подобныя общества.

Между тѣмъ, вскорѣ введеніе всеобщей воинской повинности обнаружило печальное явленіе—возрастаніе числа слабыхъ, больныхъ, негодныхъ къ военной службѣ и преимущественно среди жителей городовъ; одновременно съ этимъ успѣхи научной гігіены привели къ всеобщему признанію особой важности—заботы о здоровьи и силѣ подрастающихъ поколѣній. И вмѣстѣ съ тѣмъ обнаружили во всей ясности тѣ совершенно неудовлетворительныя гігіеническія условія, въ коихъ вырастаетъ большая часть городского молодаго поколѣнія. Выяснилось, что здѣсь цѣль гораздо—проще: прежде всего здоровье, а затѣмъ сила и ловкость подрастающихъ поколѣній должны составлять цѣль такихъ обществъ.

Движеніе, начавшееся въ Европѣ, отозвалось и у насъ. Общества содѣйствія физическому развитію ставятъ себѣ двѣ главныя цѣли, теоретическую и практическую. Первая состоитъ въ наивозможномъ распространеніи здоровыхъ понятій о задачахъ и средствахъ правильнаго физическаго воспитанія и въ самой работѣ этихъ понятій.

Вторая цѣль—практическая—дать дѣтямъ и взрослымъ такія средства къ поддержанію и улучшенію своего здоровья и силы, которыхъ по разнымъ причинамъ не могутъ дать ни правительство, ни городскія управленія, ни тѣмъ менѣе единичныя средства и силы частныхъ лицъ.

Таковы цѣли обществъ содѣйствія физическому развитію и имъ подобныхъ. Посмотримъ, какими же средствами располагаютъ такія общества для достиженія своей цѣли, какія учрежденія кажутся такимъ обществамъ ведущими къ улучшенію и поддержанію здоровья и развитію силы и ловкости зрѣлыхъ и подрастающихъ поколѣній. Наиболѣе видное мѣсто между такими средствами занимаютъ *площадки для игръ и упражненій, зимой катки и горы для катанья, купальни, лѣтніе колоніи для дѣтей, прогулки и образовательныя путешествія.*

Площадки для игръ—такія мѣста, гдѣ на просторѣ дѣти, юноши и взрослые собираются и проводятъ время въ играхъ и физическихъ упражненіяхъ, подъ надзоромъ и руководствомъ свѣдѣ-

душаго лица. Такія площадки снабжаются разными приспособленіями для игръ и упражненій. Этѣмъ учрежденіямъ общества для содѣйствія физическому развитію придаютъ особую важность—и по справедливости. Общеизвѣстно, что любимое времяпрепровожденіе дѣтей, подростковъ, юношей—игра; потребность игры такъ сильна, что ее можно встрѣтить вездѣ: на улицахъ, на площадяхъ, въ домахъ частныхъ, въ классныхъ комнатахъ учебныхъ заведеній,—вездѣ! Но въ какихъ условіяхъ часто происходитъ игра, особенно въ центрахъ большаго скопленія населенія: въ закоулкахъ, куда рѣдко заглядываетъ солнце, на грязныхъ заднихъ дворахъ, на людныхъ улицахъ, въ пыли и грязи и почти подъ ногами лошадей, на крошечныхъ пространствахъ палисадниковъ, гдѣ нѣтъ никакого движенія воздуха, причѣмъ дѣти играютъ въ одиночку или очень небольшими партіями и совершенно безъ всякаго надзора: некому защитить слабого, некому разнять поссорившихся, некому показать дѣтямъ ту или другую новую игру. А между тѣмъ особенно важно, чтобы во время игры дѣти дышали чистымъ воздухомъ, чтобы имъ достаточно было отведено простора и солнца. Устраивая площадки, общество идетъ на встрѣчу самой животрепещущей потребности.

Представимъ себѣ площадку съ играющими дѣтьми: одни изъ нихъ скачутъ, бѣгаютъ взапуски, другіе бросаютъ мячъ, прыгаютъ имъ другъ друга, ловятъ его; третьи борются; нѣкоторые просто, неопредѣленно рѣзвятся отъ радости и удовольствія, всегда оживленіе, быстрота движеній, грудь широко раскрывается, легкіе усиленно работаютъ, кровь быстро циркулируется, румянецъ во всю щеку, блескъ въ глазахъ, бодрое настроеніе! Видно что каждый участникъ игры живетъ всѣмъ своимъ существомъ, всѣми силами тѣла и духа.

Дѣтская игра—не пустая забава! игра для дѣтей—жизнь и приготовленіе къ жизни; въ игрѣ дитя развиваетъ и укрѣпляетъ не только тѣло, но умъ, чувства, характеръ, силу воли. Развивая мышцы, игры укрѣпляютъ внѣшнія чувства: зрѣніе, слухъ и осязаніе. Онѣ развиваютъ наконецъ быстроту сообразительности, живость ума, воображеніе, находчивость и особенно волю и энергію. Игра—это школа, гдѣ воля развивается и укрѣпляется непрерывномъ рядомъ усилій и непрерывной необходимостью въ быстрыхъ, внезапныхъ рѣшеніяхъ; игра—школа, гдѣ по правиламъ игры и необходимости подчиняться имъ воля дисциплинируется привычкой повиноваться не только въ личныхъ интересахъ, но въ интересахъ общаго дѣла, своей партіи.

Особенно въ играхъ вырабатывается у дѣтей привычка къ самостоятельности и къ инициативѣ, сознаніе необходимости не полагаться на другихъ. Но каждый старается не для себя, а для другихъ, для своей партіи. Онъ очень часто долженъ уступать мѣсто болѣе ловкому товарищу; онъ долженъ все свое вниманіе сосредоточивать на томъ, что ему поручено,

хотя бы его мѣсто ему не нравилось, и долженъ быть готовъ къ предотвращенію возможной неудачи игры своей партіи. Такого рода дисциплина лучше всего заставляетъ ребенка забыть и о самомъ себѣ, о своемъ самолюбіи. Маленькій міръ площадки есть лучшая школа для выработки характера.

Гигиеническая польза подвижныхъ игръ и вообще свободныхъ физическихъ упражненій на открытомъ воздухѣ установлена наукой и практикой Западно-Европейскихъ государствъ, — и онѣ во многихъ отношеніяхъ несравненно плодотворнѣе гимнастики не только нѣмецкой (атлетической), а и шведской (гигиенической).

Чтобы освѣтить дѣло постановки подвижныхъ игръ въ Западной Европѣ, приведемъ, со словъ д-ра Покровскаго, убѣжденнаго сторонника игръ, описаніе одной изъ Лондонскихъ площадокъ. „Въ Лондонѣ, пишетъ д-ръ Покровский, въ одной изъ центральныхъ частей города находится огромный общественный лугъ, предназначенный исключительно для дѣтскихъ игръ, — въ мѣстности центральной, гдѣ земля страшно дорога. Но эта площадь — не единственная въ городѣ, а наоборотъ таковыхъ есть еще нѣсколько въ разныхъ частяхъ города, да нѣсколько гораздо большихъ въ окрестностяхъ. На всѣхъ этихъ площадяхъ каждый день съ утра до ночи можно встрѣтить нѣсколько партій играющихъ дѣтей, но въ извѣстные дни и часы, назначенные уже прямо для общественныхъ игръ, эти площадки представляютъ собою зрѣлище по истинѣ удивительное.

„Тогда на этихъ площадкахъ — масса народа, преимущественно дѣтей и юношей (по 10 и по 12,000). Старые, солидные англичане, равно какъ солидныя леди стоятъ или сидятъ на скамейкахъ подъ густыми, развѣсистыми каштанами; крошечныя дѣти, едва умѣющія ходить, играютъ возлѣ матерей въ лошадки; дѣти постарше догоняютъ другъ друга или катаются на велосипедахъ; дѣвочки подростки гоняютъ серсо. Но все, что посылнѣе и помужественнѣе изъ дѣтей, — все это отправляется на самую площадь играть.

Почти у каждого изъ приходящихъ подъ мышку узелокъ, точно они по русскому обычаю собрались въ баню. Всѣ они направляются на средину площади, въ особо устроенныя парусинныя палатки, нарочно только на время игры раскинутыя и изображающія собой какъ бы лагерь, только не военный, а для самыхъ симпатичныхъ и веселыхъ физическихъ упражненій молодежи. Въ этихъ палаткахъ приходящіе раздѣваются, складываютъ свою одежду особыми пачками, оставляютъ ее подъ наблюдениемъ полицейскаго, и надѣваютъ принесенные съ собою костюмы: фланелевыя блузы, панталоны и легкую фуражку. Фланелевыя одежды предпочитаютъ потому, что фланель легко впитываетъ испарину съ разгоряченнаго тѣла и легче сохнетъ; кромѣ того, опытъ показалъ, что въ такомъ костюмѣ пріятнѣе себя чувствовать и не жаль его запачкать, разорвать

Одѣвшись, дѣти выходятъ на площадь и начинаютъ свои любимыя игры (крокетъ, ножной мячъ, ляунъ-тенись), нисколько не мѣшая другъ другу. Въ 8 часовъ игры мало по малу прекращаются; игравшіе тутъ же купаются въ бассейнахъ, надѣваютъ свою обычную одежду и возвращаются домой веселые и довольные“.

Подобныя-же площадки есть непременно при каждой англійской школѣ. Англійскіе студенты въ любви къ подвижнымъ играмъ нисколько не уступаютъ дѣтямъ. Англія—классическая страна площадокъ и игръ—и она-же классическая страна молодежи наиболѣе здоровой, наиболѣе крѣпкой, мужественной и наиболѣе нравственной! Примѣру Англіи въ настоящее время стараются слѣдовать и другія Западно-Европейскія государства и нисколько здраво и ясно понимается польза площадокъ, видно изъ тѣхъ требованій, которыя предъявляются площадкамъ на примѣръ въ Германіи. „Для игръ на волѣ, говоритъ нѣмецкій проф. Райдтъ, прежде всего нужно мѣсто. Какое же мѣсто? Лучше всего лугъ, какъ въ Англіи; лугъ нуженъ потому, что почва его, будучи менѣе твердой, чѣмъ просто земля, удобнѣе для бѣгання, прыгання и т. п., въ случаѣ паденія ушибы получаютъ менѣе чувствительныя и серьезныя. Лучше всего, если такой лугъ лежитъ въ котловинѣ, окруженъ лѣсомъ, а невдалекѣ протекаетъ рѣчка, и все это, по возможности, внѣ города“.

Вышеизложенное думаемъ достаточно объясняетъ, какую важность имѣетъ устройство площадокъ и почему это учрежденіе стоитъ такъ сказать на первой очереди у каждого общества содѣйствія физическому развитію. Съ особымъ удовольствіемъ слѣдуетъ отмѣтить, что въ Европейской Россіи устройство площадокъ сочли необходимымъ помимо обществъ содѣйствія физическому развитію и нѣкоторыя городскія управленія. Намъ извѣстно на примѣръ, что Харьковъ отвелъ 24 десятины земли подъ паркъ для дѣтскихъ игръ и ассигновалъ 15000 на его устройство, а на составленіе проэктвъ устройства объявилъ конкурсъ съ преміями въ 300 и 150 р. за лучшіе проэкты. Одесса имѣетъ шесть аренъ для дѣтскихъ игръ. Харьковъ, Одесса—университетскія города, но отъ нихъ не отстаютъ и другіе. Кипиневская дума отвела для дѣтскихъ игръ одну площадь и на ее приспособленіе для этой цѣли ассигновала 3000 рублей.

Какъ бы ни было дорого устройство площадокъ, оно заслуживаетъ издержекъ: воспитаніе здороваго и сильнаго молодого поколѣнія—слишкомъ важное дѣло, чтобы для него жалѣть денегъ! Но площадка только для лѣта, послѣ котораго въ теченіи нашей долгой зимы площадки остаются пусты. Нужно и на зиму дать возможность игръ и упражненій на открытомъ воздухѣ. И хотя много найдется людей—противниковъ зимнихъ игръ, противниковъ, которые скажутъ, что нашъ климатъ не позволяетъ игры и упражненій на открытомъ воздухѣ въ теченіи почти по-

ловина года, однако вездѣ, гдѣ есть дѣти, существуютъ игры во всякое время года,—и на крайнемъ сѣверѣ и на дальнемъ югѣ.

У эскимосовъ дѣти во время самыхъ жестокихъ морозовъ играютъ въ игру, напоминающую лапту, причемъ вмѣсто лопатокъ служатъ кости моржа, а мячъ скатанъ изъ шерсти этого звѣря. Въ Финляндіи зима—лучшее время года. Тоже самое въ Швеціи. Какъ только начинаются морозы, для шведовъ наступаетъ праздникъ. Нигдѣ зимній спортъ такъ не развитъ, какъ въ Швеціи. Зимнія путешествія молодежи на конькахъ за десятки верстъ—явленіе повседневное. Катанье на конькахъ, на лыжахъ, на санкахъ—обычныя развлеченія шведовъ зимою, дѣтей и взрослыхъ, всѣхъ классовъ общества.

Внутри Россіи деревенскія дѣти постоянно играютъ зимою на улицѣ, и оттого не только не болѣютъ, а напротивъ обладаютъ здоровьемъ, до котораго далеко нашимъ городскимъ дѣтямъ. Очевидно стало быть, что суровость климата не можетъ служить препятствіемъ къ играмъ на открытомъ воздухѣ.

Понятно отсюда, что устройство катковъ, катальныхъ горъ и др. зимнихъ развлеченій, сопряженныхъ съ движеніямъ на чистомъ воздухѣ обязательно входитъ въ программу предпріятій общества содѣйствія физическому развитію.

Ту же самую цѣль—сдѣлать общедоступнымъ пользованіе средствами укрѣпленія здоровья—преслѣдуетъ общества, устраивая купальни и при нихъ школы плаванія. То и другое представляетъ особенно благоприятныя условія для укрѣпленія и закаливанія тѣла. Устраивая купальни, общество идетъ на встрѣчу всеобщей потребности и ее регулируетъ.

Совершенно особую группу средствъ физическаго воздѣйствія на здоровье подрастающихъ поколѣній представляетъ устройство лѣтнихъ колоній для дѣтей или школьныхъ колоній. То, что неизбѣжно требуетъ каждое живое человѣческое существо—чистый воздухъ, достаточное количество свѣта, вода безъ вредныхъ примѣсей, здоровая, простая пища, извѣстная близость къ природѣ, просторъ въ движеніи—всего этого нельзя получить въ современныхъ крупныхъ городскихъ центрахъ. Лѣтняя дѣтская колонія есть именно та, поправляющая недостатки городской жизни, форма общежитія, которая должна принести не мало благихъ послѣдствій для нашихъ дѣтей и юношей.

Главная, основная цѣль школьныхъ лѣтнихъ колоній заключается въ поднятіи физическихъ силъ дѣтей, наиболѣе хилыхъ, малокровныхъ, золотушныхъ, истощенныхъ, нуждающихся въ пополненіи какихъ либо физическихъ недочетовъ. Помѣщеніе для колоній выбирается гдѣ либо за городомъ,—и чѣмъ дальше, тѣмъ лучше,—въ здоровой мѣстности, сухой, лѣсной, съ хорошею водою и близостью купанья, въ домѣ, который предвѣрительно осматривается врачомъ. Заблаговременный выборъ кандидатовъ на отправленіе въ колоніи дѣлается врачами. Предъ

отправленіемъ на дачу дѣти еще разъ осматриваются врачами и измѣряется ихъ ростъ, вѣсъ, объемъ груди, мышечная сила, емкость легкихъ.

Жизнь дѣтей въ колоніяхъ вся основана на широкомъ пользованіи дарами природы; устроители колоній всюду соглашались между собою, чтобы колоніи не напоминали школы и чтобы не вводилось въ нихъ правильныхъ школьныхъ занятій. Все времяпрепровожденіе состоитъ въ прогулкахъ по окрестностямъ, играхъ, купаньѣ, гдѣ возможно въ работахъ въ саду и огородѣ.

Дѣтямъ дается простой, обильный и здоровый столъ, состоящій изъ мяса, хлѣба, молока, и они находятся подъ надзоромъ особаго воспитателя или воспитательницы, живущей вмѣстѣ съ ними.

Пребываніе, даже кратковременное, дѣтей въ колоніяхъ оказываетъ благотворное вліяніе на нихъ какъ въ отношеніи физическомъ, такъ и духовномъ, о чемъ единогласно свидѣлствуютъ всѣ лица, которымъ приходилось видѣть близко колоніи и колонистовъ. „Кто хотя разъ видѣлъ дѣтей, предъ отправкой ихъ на дачу и по возвращеніи съ нея, говоритъ д-ръ Михайловъ, принимавшій близкое участіе въ организаціи колоній, тотъ никогда не забудетъ того поразительнаго, сильнаго впечатлѣнія которое остается у него при невольномъ сравненіи. Выбранные въ маѣ дѣти были прямыми кандидатами въ больницы; за эту кандидатуру все говорило: испитыя, блѣдныя лица, холодная, блѣдная, землистаго цвѣта кожа, поверхностное рѣдкое дыханіе, тихій, слабый, едва слышный голосъ, робкое, забитое, а иногда на оборотъ строгое и суровое выраженіе лица. Къ такимъ хрупкимъ созданіямъ какъ-то жутко и подходить.

Но вотъ къ нимъ подошли, обмыли, одѣли, врачи взвѣсили и измѣрили ихъ тощенькія фигурки и осторожно, чтобы совсѣмъ не разрушились, направили ихъ за городъ, поближе къ природѣ.

Начинается жизнь на дачѣ. Недоѣдавшій прежде ребенокъ сытъ, притомъ такою пищею, какая ему требуется; вмѣсто пыльного, нечистаго воздуха, переполненнаго бактеріями и миазмами — воздуха улицы, грязнаго двора, душной квартиры бѣдняка — онъ сразу очутился въ другомъ какъ бы царствѣ, гдѣ воздухъ чистъ и полонъ живительнаго озона: онъ въ прохладномъ лѣсу, въ открытомъ полѣ, онъ можетъ глубоко вдыхать совершенно чистый воздухъ и въ свободномъ движеніи расправить свои слабые члены. Въ первое время, недолго, дѣти остаются въ какомъ-то недоумѣніи; они поражены всѣмъ, что видятъ и чувствуютъ. Они еще плохо ѣдятъ, они не могутъ крѣпко спать, — но это только нѣсколько сутокъ, а затѣмъ дѣтскій организмъ начинаетъ реагировать по своему. Является прекрасный сонъ и аппетитъ; ребенокъ въ постоянномъ движеніи и только ночь успокаиваетъ его. Силы его замѣтно поднимаются, укрѣпляется здо-

ровье, является физическая усиленная производительность: ростъ прибавляется, объемъ грудной клѣтки увеличивается на 2, даже на 3 сантиметра, пропорціонально возрастаетъ вѣсъ, мышечная сила прибавляется на 4—5 фунтовъ. Особенно-же важно то, что толчекъ данному организму лѣтомъ, продолжается и по прибытіи изъ колоній, даже зимою. Дѣти, благодаря этому лѣтнему пребыванію, приобретаютъ способность противодѣйствовать вреднымъ условіямъ домашней обстановки, а нѣкоторымъ колоніи прямо спасаютъ жизнь. Таково вліяніе пребыванія дѣтей въ колоніяхъ на ихъ физическое состояніе; не вдаваясь въ лишніе подробности, прибавимъ еще для полной характеристики вліянія колоній: изъ наблюденій врачей какъ русскихъ, такъ и за-границей, гдѣ дѣло устройства лѣтнихъ колоній обставлено лучше нашего, выяснилось, что у дѣтей прожившихъ лѣто въ колоніи, на каждый кубическій миллиметръ крови число красныхъ кровяныхъ шариковъ увеличилось въ полтора раза, — что чрезъ 2—3 недѣли дачнаго пребыванія у большинства дѣтей исчезали болѣзненные послѣдствія малокровія: головная боль, головокруженіе, катарральное разстройство слизистой оболочки глазъ, дыхательныхъ вѣтвей и т. п. (у золотушныхъ).

Но этимъ благотворнымъ вліяніемъ на здоровье далеко не исчерпывается воздѣйствіе лѣтнихъ колоній; они не менѣе сильно воздѣйствуютъ на умственный и нравственный міръ живущихъ въ нихъ дѣтей.

Изъ города дитя попадаетъ въ деревню, въ совершенно новую обстановку, нерѣдко видитъ ее первый разъ въ жизни. Масса новыхъ впечатлѣній, масса новыхъ понятій, съ которыми дитя должно освоиться, переварить и упорядочить ихъ въ своемъ умѣ, — и мы можемъ себѣ легко представить то развивающее дѣйствіе, которое производитъ на ребенка пребываніе его въ колоніи, особенно если оно дополняется и уясняется умѣлымъ и опытнымъ воспитателемъ: дѣти знакомятся съ лѣсомъ, съ названіями и особенностями деревьевъ, собираютъ и учатся различать травы, хлѣбные злаки, знакомятся съ обработкой полей и со всѣмъ, что въ отношеніяхъ физическомъ, бытовомъ и промышленномъ представляетъ мѣстонахожденіе колоніи.

Чтобы нарисованная нами картина не показалась сантиментальною идилліей, напомнимъ, что изъ дѣтей живущихъ въ большихъ городахъ, отъ 40% до 50% никогда въ своей жизни не видѣли деревни, всей ея обстановки и жизни, каковое обстоятельство выяснилось изъ отчетовъ Московскихъ школьныхъ колоній: многія дѣти не могли отличить осину отъ березы, не знали, какъ растетъ рожь и картофель, не могли различить пшеницу и овесъ, овецъ принимали за собакъ и въ первый разъ видѣли бѣлокъ и ежей.

Въ нравственномъ складѣ дѣтей пребываніе на дачѣ сказывается обыкновенно въ сглаживаніи и совершенномъ исчезнове-

ни дурныхъ чертъ и наклонностей, сварливости, неискренности, раздражительности и вялости. Это улучшение характера объясняется конечно влияніемъ воспитателя, товарищества и непринужденной лѣтней жизни.

Принимая во вниманіе все изложенное относительно дѣтскихъ колоній, мы должны признать за ними чрезвычайно важное значеніе какъ благотворнаго гигиеническаго и воспитательнаго средства. Такое важное значеніе дѣтскихъ лѣтнихъ колоній и служить объясненіемъ того вниманія, которое удѣляютъ этому дѣлу общества для содѣйствія физическому развитію, и того сочувствія, которое обнаруживаютъ къ нему какъ городскія общества, такъ и частныя лица. Устроителей колоній не пугаетъ недостатокъ средствъ, вслѣдствіе котораго обстановка колоній часто до крайности проста, даже бѣдна: помѣщеніе—простая крестьянская изба, даже сарай, вмѣсто кроватей—нары, вмѣсто матрасовъ—солома и сѣно, вмѣсто умывальниковъ—простыя деревянные корыта и вмѣсто прислуги—обязательные очередные домашнія работы самихъ дѣтей. Все это выкупается тѣмъ благотворнымъ влияніемъ, которое оказываетъ на дѣтей близость къ природѣ.

Сочувствіе частныхъ лицъ, кромѣ пожертвованій, выражается въ предоставленіи бесплатнаго помѣщенія для колоній и даже нерѣдко въ принятіи на свой счетъ содержанія дѣтей въ теченіи цѣлаго лѣта. Не можемъ удержаться здѣсь, чтобы не упомянуть, что отчетъ нашего общества за истекшій годъ представляетъ подобный-же примѣръ у насъ въ Сибири. И мы увѣрены, что примѣръ этотъ не останется безъ подражанія, особенно, если вспомнимъ, что дать возможность ребенку, дитяти бѣдняка, провести лѣто на дачѣ—это значитъ вписать въ книгу его жизни свѣтлую страницу, которая можетъ быть и впоследствии не разъ ободрить и поддержать его воспоминаніемъ о томъ, что нашли люди, которые безъ корыстныхъ видовъ, во имя христіанской любви, приютили его на дачѣ.

Наконецъ къ разряду-же средствъ, близостью къ природѣ содѣйствующихъ физическому развитію дѣтей, относятся прогулки дѣтей и образовательныя путешествія, имѣющія какъ гигиеническую, такъ и развивательную цѣль.

Для прогулокъ выбирается то или другое мѣсто за городомъ; передвиженіе предпочтительно совершается пѣшкомъ и все время дѣти находятся подъ надзоромъ лица, руководящаго прогулкой. По достиженіи намѣченной цѣли, дѣти отдыхаютъ, занимаются играми, коллекционируютъ, цосѣщаютъ тѣ или другія близлежащія мѣста, замѣчательныя въ какомъ либо отношеніи, причемъ руководитель даетъ имъ соответствующія объясненія. Такая прогулка всегда можетъ быть соединена съ какою-либо учебною цѣлью: ознакомленіе съ ботаникой, зоологіей, минералогіей, геологическими особенностями мѣстности; въ такомъ слу-

чаѣ подобныя прогулки принято называть экскурсіями. Нѣтъ нужды выяснять благотворное вліяніе прогулки на здоровье и бодрое, жизнерадостное настроеніе дѣтей. Далеко не безразлично, занимаются-ли дѣти ходьбой—очень полезнымъ въ смыслѣ гигиеническомъ упражненіемъ—по комнатѣ и сдѣлаютъ на этомъ маломъ пространствѣ версты двѣ—три, или тоже разстояніе пройдутъ по красивой, живописной мѣстности, въ непрерывной бесѣдѣ и общеніи съ товарищами—сверстниками, въ наблюденіи новыхъ, интересныхъ, часто невиданныхъ ими предметовъ. Но этимъ не ограничивается вліяніе прогулокъ: тѣмъ, что дѣти на прогулкахъ видятъ, слышатъ, испытываютъ—расширяется ихъ умственный кругозоръ, увеличивается запасъ свѣдѣній объ ихъ родинѣ, устанавливается близкое отношеніе къ природѣ—неисчерпаемому источнику чистыхъ и здоровыхъ удовольствій. Встрѣтился лугъ покрытый цвѣтами! сколько дѣти нарвутъ понравившихся экземпляровъ и съ какимъ нетерпѣніемъ станутъ спрашивать руководителя, какъ называется то или другое растеніе, какія его свойства. Дѣти въ лѣсу!—сколько интереснаго, поучительнаго можетъ сообщить имъ руководитель по поводу лѣса и его пернатахъ и другихъ обитателей. Крутой берегъ рѣки, обнажающій чередованіе слоевъ земли, рѣчная долина, озеро, поле, засѣянное хлѣбомъ, заводъ, фабрика—все это привлекаетъ вниманіе дѣтей, будитъ ихъ мысль, обогащаетъ умъ; въ мѣстностяхъ густо населенныхъ всегда есть какая-либо мѣстная святыня или исторически извѣстное мѣсто—новые предметы для развитія и укрѣпленія религіознаго и патріотическаго чувства.

Въ нашемъ современномъ воспитаніи видное мѣсто занимаетъ эстетическое развитіе дѣтей и къ этому привлекаются живопись, музыка и другія изящныя искусства. Но развитіи лѣтній ландшафтъ не представляетъ собою гармоничнѣйшаго сочетанія элементовъ этихъ искусствъ? яркость, но и совершенная гармонія колорита растеній, воды, воздуха и неба, гармонія звуковъ птичьихъ хоровъ, совершенство и красота формъ растеній отъ травки до развѣсистаго царственнаго кедра—все это развитіе хуже картинъ и статуй, которыя мы хранимъ въ нашихъ музеяхъ? Весенняя природа есть непрерывный торжественный гимнъ творцу! Неужели-же и эта сторона прогулокъ остается безъ воздѣйствія на воображеніи и сердца дитяти,—неужели эстетически не развиваетъ близкое созерцаніе того, что служитъ источникомъ вдохновенія художниковъ и первообразомъ ихъ творчества—созерцаніе весенней и лѣтней жизни природы.

Извѣстный педагогъ г. Рачинскій во время одного изъ своихъ походовъ съ дѣтьми велъ дневникъ и вотъ какъ описываетъ онъ время и мѣста прогулки: „лѣса еще сохранили всю свѣжесть своей весенней листвы и въ тѣнистыхъ ихъ закоулкахъ доцвѣтали послѣдніе ландыши; а въ поляхъ уже появились первые васильки, и надъ сизыми волнами цвѣтущей ржи

носились облака душистой пыли; въ нетронутой травѣ луговъ сияли и рдѣли, благоухали и колыхались тысячи едва распустившихся цвѣтовъ; и все это заливало потоками свѣта почти не закатное солнце, ибо ночи въ это время нѣтъ: блѣдный пурпуръ заката разгарается въ пурпуровое золото утренней зари. Едва проглядывали въ свѣтлой лазури звѣзды ночныя. Было что-то торжественное, что-то призывное въ этомъ непрерывномъ бдѣніи, въ этомъ могучемъ напряженіи всѣхъ силъ природы: это время безсонныхъ ночей, время широкихъ замысловъ, время порывовъ духа къ высшему свѣту“.

Высокообразованный авторъ этихъ строкъ сознательно наслаждался описанными красотами природы; но развѣ его юные спутники менѣе чувствовали то, чего не могли лишь высказать?

Образовательныя путешествія—тѣ же самыя прогулки, только на далекое разстояніе, причемъ средствами передвиженія служатъ уже желѣзныя дороги, пароходы и т. п. Цѣлью такихъ путешествій бываетъ посѣщеніе мѣстностей замѣчательныхъ въ отношеніи геологическомъ, историческомъ, промышленномъ и т. п., напр. горныя страны, промышленныя области, историческіе города, берега моря.

Благотворное вліяніе такихъ путешествій сказывается въ расширеніи умственного кругозора юноши, въ накопленіи знаній на основаніи личнаго опыта и наблюденія (не книжныхъ); такое путешествие научить городского мальчика многому тому, что иначе навсегда осталось-бы для него неизвѣстнымъ въ его городской обстановкѣ. Самая перемѣна жизни имѣетъ значеніе. Въ путешествіи ему придется примиряться со многими неудобствами, свыкаться съ обстоятельствами, отвыкать отъ излишней изнѣженности. Давая знаніе жизни, путешествие даетъ юношѣ и житейскій опытъ, разовьетъ серіозное отношеніе къ жизни, поможетъ развитію самостоятельности въ характерѣ, развитію чертъ мужественности, ослабитъ нервность. Утомленіе уступитъ мѣсто энергіи.

Въ этомъ нашемъ изложеніи мы ограничились описаніемъ и характеристикой вліянія главнѣйшихъ и наиболее доступныхъ средствъ содѣйствія физическому развитію. Съ расширеніемъ же круга дѣятельности обществъ и съ увеличеніемъ денежныхъ средствъ увеличиваются и средства воздѣйствія на улучшение физическаго развитія: въ помощь коему устраиваются закрытыя помѣщенія для игръ (т. н. школы физическаго развитія), фехтовальныя залы, зимнія прогулки на лыжахъ, велосипедный спортъ, парусныя и гребныя гонки на лодкахъ и т. п.

Таковы главнѣйшія средства, коими общества содѣйствія физическому развитію надѣются въ той или иной мѣрѣ достигнуть воихъ цѣлей. Цѣли-же эти настолько важны и близки каждому, что едвали можно сомнѣваться въ самомъ широкомъ распространеніи такихъ обществъ и живомъ къ нимъ сочувствіи всѣхъ

сложивъ населенія. Сочувствіе даетъ средства денежныя, — но для обществъ физическаго развитія помимо этого особенно желательно, чтобы взрослые люди внушали подростающимъ поколѣніямъ любовь къ физическимъ упражненіямъ и играмъ и своимъ примѣромъ поддерживали и развивали-бы эту любовь. Наиболѣе знаменитые въ исторіи народы, наиболѣе талантливые ихъ представители, глубочайшіе умы прѣдшедшихъ временъ не только не считали несомѣстными съ своимъ достоинствомъ физическія упражненія и игры, а напротивъ охотно предавались этимъ благороднымъ занятіямъ и считали ихъ необходимыми.

Помимо хорошаго примѣра для молодежи, это участіе взрослыхъ въ играхъ молодежи принесло-бы несомнѣнную пользу самимъ участникамъ: это поддерживало бы ихъ здоровье, избавивъ отъ многихъ болѣзней — послѣдствій неподвижной, сидячей жизни, поддерживало-бы ихъ нервную бодрость и тѣмъ косвенно повліяло-бы на здоровье нарождающихся поколѣній. А объ этомъ послѣднемъ мы не можемъ не думать и не заботиться, ибо *дитя — отецъ будущаго поколѣнія*.

Позволимъ себѣ, въ заключеніе, привести выдержку изъ рѣчи одного современнаго французскаго поэта на годовомъ праздникѣ общества діонскихъ гимнастовъ, выдержку поэтически рисующую тотъ идеалъ здороваго и сильнаго человѣка, къ которому стремятся общества содѣйствія физическому развитію. „Вы, говорить онъ, которые посредствомъ физическихъ упражненій укрѣпляете тѣло и успокаиваете нервы, — вы созидаете нравственное здоровье. Гигіена уже сама по себѣ есть нравственность. Развѣ не говорили намъ, что зависть есть одинъ изъ возмутительнѣйшихъ, одинъ изъ самыхъ ужасныхъ пороковъ на свѣтѣ? Итакъ, если здоровье есть величайшее изъ благъ, то не будетъ ли, больной, уродливый, страждущій человѣкъ — первымъ и воплѣтъ законныхъ завистниковъ? Несчастный горбунъ развѣ не пользуется славою недоброжелательнаго и злобнаго существа? Итакъ физическія упражненія, развивая тѣло и члены уравновѣшеннаго человѣка, уничтожаютъ и подавляютъ самую естественную зависть. Такой человѣкъ прямо смотритъ на людей, какъ на себѣ равныхъ. Развѣ не общеизвѣстная истина, что сильные — добры. Гнѣвъ и бѣшенство бесполезны для сильнаго. Физическая сила — великій производитель идеала, который въ свою очередь есть положительная сила. Способность идеализировать присуща человѣку уравновѣшенному, здоровому и сильному. Видѣть дѣйствительность и не быть въ силахъ приписать ей таинственнаго смысла, который она имѣетъ для человѣка сильнаго, — который она имѣетъ вообще для человѣчества, разъ умъ человѣческій живетъ, дѣйствуетъ, движется, — это можетъ быть свойство расъ ослабленныхъ, подавленныхъ всѣми недостатками. Есть опредѣленная степень физической силы, которая придаетъ глазамъ, физическимъ глазамъ, способность видѣть лучше, видѣть въ ма-

теріальнихъ вещахъ смыслъ жизни, который имъ присущъ. Идеаль—это цвѣтъ уравновѣшенной силы. Выраженіе лица и взглядъ—вещи матеріальныя, но до какой степени невыразимо проникнутыя умомъ! Заботьтесь о тѣлѣ—и вы возвысите душу. Сила даетъ тѣлу изысканность, граціозную энергію и невыразимую прелесть. Если сила будетъ достаточно могуча, ей не будетъ необходимости дѣйствовать противъ кого либо. Она будетъ спокойной, властной охранительницей права. Это уваженіе къ силѣ въ всеоружіи власти будетъ одною изъ самыхъ лучшихъ побѣдъ, которая не повлечетъ за собою ни стонувъ, ни крови, ни траура,—это будетъ побѣда мира“!

В. Щепетевъ.

Г. Томскъ.
1897 г. Февраля 27.



