

ság valósággal már az egész kelet ura, s minős egyéb nyörni valója, mint a czim, úgy hogy ez az ajánlat részéről nem adhat okot gyanúra. Készséget nem szenved, hogy ez a térv mindonikóknak hizelegni fog s köztük halálos háborút keltene, melynek rövid időn általánossá kellene válni.

14. Ez általános dulakodás alatt Oroszország majd az egyik, majd a másik fél által fogja marát segítségül hívni, s mintán hosszasan ingadozott volna, részint hogy ők kimerüljenek, részint hogy maga erőt gyűjtessen, *edre is az osztrák ház részére hajolna*; és azalatt, míg csapatainak zömét a Rajna felé vezetné, közvetlen utánuk küldené az ázsiai hordák egy raját; és azon mértékben, a mint azok Németországban előrenyomulnak, két jelentékeny hajóraj indulna ki, az egyik az azovi tengerből, a másik az archangeli kikötőből, ugyanezen hordák egy részével megrakodva; a hajóraj megjelenése a központtengeren, hogy a nomád, vad és zsákmány után vágó törzsek Olasz-, Spanyol- és Franciaországot elárasszák, a lakókat kipusztítsák és szolgaságba hűveljék. Mindzen támadások oly szabad tört nyitnának a sörhadcsapatnak, hogy azok teljes erővel és biztonsággal győzhetik le Európa többi részét.

Ha visszatekintünk e század történetére, megdöbbentő bizonyossággal látjuk, hogy Oroszország a kijelölt uton haladt és sokat megvalósított Péter csár végrejelenéséből. Az új kor alakulási tehettek ugyan változást a végrehajtási módokon, de a főcél ugyanegy maradt.

... Kálnoky gróf szerint azonban „a mi uralkodónk Oroszországgal hasonló célok felé tör.”

EGYHÁZI HIREK.

* A győr-újvárosi sz. misszió a híveknek a gyónó- és szószék körül folyton öregbedő részvéte mellett örömdetes módon halad kitűzött célja felé. A történelemből s a mindennapi élet gazdag tárházából merített megkapó példák és érvelések feszült figyelemben tartják a hallgatóságot. Különösen jótékonyan hat lelkünkre az a meleg hazafias hang, mely a hithirdető atyák szóoklatain végig ömlik, s mely a keresztény Magyarország bajainak és veszélyeinek ecetelésénél elegikus áramlatba emelkedve, önkénytelenül a lengyelek Kasszandrája, a lángnyelvű Skarga Péter rendtársuk emlékére idézi fel a történetismerő lelkében. — A szent gyakorlatok ünnepélyes bejárása jövő vasárnap estére van határozva.

* Nevezetes bucsuja volt vasárnap a fejemgyeisárpentelei templomnak. Özv. Széchenyi Dénesné a templomot mintegy 4000 frt költséggel restauráltatta. Most a restauráció emlékére dr. Steiner Fülöp-megyeri püspök tartott ott háláadó istentiszteletet. A csinos kis templom új művésziesen faragott padjai egészen megteltek a környékbeli intelligenciával s a nép még a templom környékét is egészen eltele. Az oratoriumban az özv. grófnő és Zichy Jenő grófnő leányaival foglaltak helyet. 10 óra felé érkezett meg a püspök és azonnal az ünnepi miséhez állt. A szent mise előtt a püspök egyházi beszédet is mondott, azután pedig egyik mellékoltár karszertjét áldotta meg. Az istentisztelet után a grófi kastélyban ünnepi ebéd volt, a háziasszonyon és Zichy Jenőné grófnőn kívül dr. Steiner Fülöp és kísérete, valamint a segédkező papság és Molnár uradalmi kassznár is részt vettek. Három órakor a püspök visszatért Székesfehérvárra.

* Szép ünnepély lesz vasárnap délután a nádorvárosi plebánia templomban. A hívek adakozásából készítettett lourdesi szobrot fogják felszentelni. A szertartást és a beszédet Nagy Ignác székesegyházi biskrtye-igazgató fogja tartani.

* Hornig Károly báró veszprémi püspök a múlt héten székvárosából Tatrafüredre utazott, s csak e hó végén tér vissza.

* Szűz Mária szobrot szenteltek föl vasárnap a B66 községhez tartozó fihálison, Guár községben. A szentelést Holdházy János c. püspök végezte, a predikációt Kapuy Elek győri papneveldei rektor tartotta. A c. püspök és kísérfje szombaton Póda Endre apátplebános kíséretében Sopronban megtekintették a temetőt és az új iskolát.

* Gyönyörű misemondó ruhát kapott ajándékba az ó-tátrafüredi templom József főherczeg nejtől, Klitold főherczegasszonytól. A ruhát, mely kihimezett rózsákkal és havasi gyopárokkal van borítva, a főherczegasszony osaladjának nőtágjaival együtt készítette.

* Amerikai kivándorlottak szobra. A Sopron-megyei Árpás községben, mint levelezőnk írja, vasárnap nagy ünnepség volt, melyben Árpás, Kis-Árpás és Mórckháza községek ájtatos lakossága vett részt. Egy Mária szobrot szenteltek meg, melyet amerikai kivándorlottak vásároltak az árpási templom számára. Az egyházi szertartást Nagy Ignác győri sz. széki ülnök végezte.

Az iskolai tornázás és játékok módszereinek bírálatja egészségi tekintetben.

(A VIII. nemzetközi egészségügyi és demográfiai kongresszuson fölolvasta a szerző.)

(Folytatás)

A voltgírozás, ugrások a bakon, ülésváltás a korláton: ügyesség dolga. Ezek könnyű kivitele épügy a coordináció dolga, mint pl. a fogások a zongorán, melybe valósággal belefáradnak a kezdő ujjai, míg a gyakorlott teljes könnyűséggel, szinte öntudatlanul végzi. Birkózás, súlyemelés, korlátgyakorlatok nagy erő kifejtéssel járnak, tehát főleg az izom fárad el. Mély légvételek, az anyágesere gyorsulása (az egész folyamatok élénkülnek, a zsírpárna megfogy) a következménye. Nagyon elősegítik az általános izomerő gyarapodását. A birkózás azonföül gyors ellátározásra, az alkalmas pillanat felhasználására utal, az emelés és sulydolás pedig az izomerő pillanatnyi összegezésére s helyes kimérése gyakorol.

A futást, járást is gyakorolják tornaszobákban, azt hiszem, helytelenül, mert az erős működésben levő tüdő a szoba kifogásolható, mindenesetre poros levegőjével töltik meg. Ezek csak szabad levegőre való, azért a játékoknál szölok hatásukról.

A játézas és játék fogalmába nem foglalom az u. n. társas játékokat, melyek a játék után a kifáradt testnek kellemes pihenőt nyújthatnak, de kívül esnek a hygienikus tekinteten, hanem csak azon játékokat, melyek mozgással, kitartó vagy gyors mozgással járnak.

A játékok egy része kevés erő kifejtést, de gyorsaságot igényel. Így a kötélugrás, karikahajítás, tolllabda s kurikavetés s a labdajátékok nagyrésze. Itt egyszerre kevés munka, de sokszor és gyorsan egymásután lesz végezve, eredményül nagy munkakifejtés áll elő. Igénybe vétetnek a test összes izmai, a légzés, szív működés rendkívül emelkedik, a légzés mélysége a mellkasnak s a tüdőnek mindenik irányban való tágulását idézi elő, a szív működés gyorsul, erőteljes lesz, anélkül, hogy rendetlené válnék.

Mások, mint a complicáltabb labdajátékok, ugrás, a mellett, hogy a tüdőre s szívre ugyanilyen jó hatással vannak, ügyességet, erőt s gyorsaságot is kívánnak. Ezeket nem hozza kézen a tanuló, hanem gyakorlás közben fejlődnek.

A futás és járás hatása a test fejlődésére a legkifejezettebb. A légzés mélysége s a szív működés erője emelkedik s ezzel az egész test, nem csupán egyes izomszoptok fejlődése előnyösen lesz befolyásolva. A mély lélegzétételek fontossága a naphosszat ülő tanulóknál nem szorul bizonyításra. Fejlesztő-

leg hat a szívre, melyet erőlyes munkára ösztönöz.

Fejlesztő a mellkast s edzi az összes, főleg pedig a hát-, medence- és lábizmokat. Igénybe veszi a működési a hasizmokat, ezáltal mozgásba jönnek a belek, a mi elősegíti a rendszeres emésztést, étvágyat kelt, s így előmozdítja az általános táplálkozást.

A vér egyenletesebb elosztása által javul a bőr táplálkozása, a transpiratio élénkül, edzőleg hat a bőrre, a meghűlésre való hajlandóságot csökkenti.

Járási gyakorlatok kitűnően hatnak a testtartásra, amint hogy a katonai szolgálatot végzetteket meg lehet ismerni jobb és szebb járásukról.

Futásnál izomfáradás nem áll be, hanem a tüdő és szív nagyfoku igénybevétele miatt muló kimerülés.

Kitartó járásnál ellenben izomfáradás lép föl, mely valódi kimerülésig fokozódhatik, ha erőltetjük.

Ettől eltekintve a tüdő és szív fejlesztésében a futás és járás oly eszköz, melyet pontosan lehet adagolni, ellenőrizni, sőt mely önmagát jelezi, amidőn a fáradási tünetek jelentkeznek, melynek beállítását alban hagyja a gyermek a játékot. Mivel a fáradás vagy csak sokára (lassu mozgásnál), vagy gyorsan ugyan, de hamarmulag áll be (futásnál) s így tartósan gyakorolja hatását, amit a tornáról nem mondhatunk, ez is csak emeli a mozgás testfejlesztő értékét.

Az evezés első sorban a tüdőre s aztán az izmokra és szívre hat.

Uzás a szívet és tüdőt veszi igénybe.

Velocipedezésnél a szív működés emelkedik, sőt forerozott meneteknél fuladozás áll be.

Lásuk most, minő hatással vannak mindezek az agyra, mennyire veszik igénybe a szellemet.

Az egyszerű szabadgyakorlatok s a rendgyakorlatok szoros fegyelmet és vezényszóra figyelmet kívánnak. Üdítő, fesztelenti hatással, szórakoztató befolyással nem bírnak, sőt igen érezhetően veszik igénybe a tornaszatban már kifáradt agyat; arra pihenés helyett újabb terhet rónak.

A tornázás többi faja s a játékok ellenben terhet nem rónak az agyra, sőt üdítőleg hatnak, valamint fejlesztenek egyes oly érzékeket és tulajdonságokat, melyek művelésére másutt alig van tér.

A szorgyakorlatok, amennyiben kivételük-höz az erő megvan, fölkelik a becsvágyat. Majd jobb és jobb sikerüléseikkel örömet szereznek, a mozdulatok csinosasága, fesztelensége növeli a csínérzetet, változatossággal gyönyörködtenek. Nagy szerepet játszanak egyes érzékek fejlesztésében: így a látás, a távolság megbecsülése, az izomerő kimérése, egy pillanatban koncentrállásának képessége fejlődik hatásuk alatt.

A játékok szellemi hatása még kiterjedtebb. Tapasztalt paedagogusok véleménye az, hogy a gyermek természetét játszásközben lehet legjobban kiismerni, s hogy a játézas gyakorol erre legnagyobb hatást. Az agyat nem terhelik, a mozdulatok, melyekből összetéve vannak, egészen automatikusan váltótnak ki, üdítőleg hatnak részint azért, hogy más irányu működést keltenek fel.

A játékok nagyobb része lapdajáték, de a többi egybő játék is többé-kevésbé azonos hatással van.

Fejlesztő a szem mértékét, gyakorolja az ügyességet, az izomerő kimérését. Fegyelmézi az akaratot, megtanít az egyéni erőt a közös cél szolgálatába rendelni, a cél érdekében egynek engedelmeskedni. Neveli a jellemet, alkalmazkodásra kényszerít, megtöri az akaratosságot. Fejlesztő a bátorságot. Határozottságot, kitartást. Egyszer önálló cselekvésre utal, máskor fegyelmre szoktat, a nélkül, hogy ezt tehernek érezné, mert nem fölfebbvaló, hanem egy cszme parancsolja rá. Becsvágyat és versenykedvet keltenek, a minék érdekében szívesen tűrni tanulja a fáradozást. Érdeklődést kelt, alkalmat nyújt kitűnni a többi fölött és ez által kedvet szerez.

Pedig tudjuk, hogy a kedélyhangulat mily