

183.
А

АНГЛІЙСКІЯ ИГРЫ

НА
ОТКРЫТОМЪ ВОЗДУХЪ.

РУКОВОДСТВО
ДЛЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ и ДЛЯ ЮНОШЕСТВА.

Съ 18 рисунками.

СОСТАВЛЕНО
Д-ромъ мед. Е. М. Дементьевымъ.

ИЗДАНИЕ ЖУРНАЛА
„Вѣстникъ Воспитанія“.

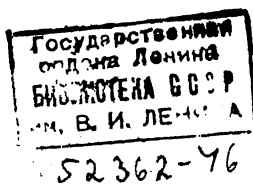
МОСКВА.

Типографія М. Г. Волчанинова, Б. Черн. п., д. Пустошкина,
противъ Англійской церкви.

1891.

А

~~~~~  
Доволено цензурою. Москва, 27-го Февраля 1891 года.  
~~~~~

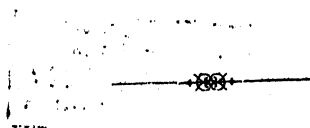


37

m

СОДЕРЖАНИЕ.

	<i>Стр.</i>
Введение	1
Крокетъ	6
Лаунъ-теннисъ	20
Крикетъ	33
Ножной мячъ	57



ВВЕДЕНІЕ.

Сознаніе, что современная система воспитанія юношества не отвѣчаетъ законамъ жизни человѣческаго организма, выясненнымъ фізіологіей и гігіеной, все болѣе и болѣе распространяется въ нашемъ обществѣ. Кто не говоритъ теперь о вредѣ исключительно однихъ умственныхъ занятій, умственного переутомленія и сидячаго образа жизни нашихъ дѣтей?

Для правильнаго развитія ребенка движеніе такъ же необходимо, какъ воздухъ и свѣтъ. Движеніемъ усиливается кровообращеніе и дыханіе; усиленіе же ихъ въ дѣтскомъ возрастѣ необходимо больше, чѣмъ во всякомъ другомъ, не только для того, чтобы удалять накапливающіеся въ тѣлѣ въ обильномъ количествѣ остатки обмѣна веществъ, но и потому, что дѣтскій организмъ нуждается гораздо въ болѣемъ, сравнительно, притока питательныхъ веществъ и въ гораздо болѣе энергической ихъ переработкѣ, чтобы, стать матеріаломъ для быстро растущаго тѣла. Къ удовлетворенію этихъ то вынуждаемыхъ природой потребностей и стремятся инстинктивно дѣти посредствомъ игръ. Но у нашихъ дѣтей движенія нѣтъ почти совсѣмъ. Преодолевъ пять, шесть часовъ школьной работы или школьнаго бездѣлья въ душевныхъ классахъ при четырехъ часахъ домашней, они теряютъ всякую охоту къ благотѣльной мышечной дѣятельности, а между тѣмъ вполне сидячій образъ жизни для растущаго организма гораздо вреднѣе, чѣмъ для вполне уже выросшаго и сложившагося.

Подобный образъ жизни приводитъ прежде всего къ ослабленію потребности въ дыханіи, такъ что легкія дышать

обыкновенно поверхностно, т.-е., недостаточно. Вслѣдствіе же недостаточнаго дыханія, во-первыхъ, происходитъ недостаточное кровообращеніе и обуславливающееся этимъ недостаточное общее питаніе тѣла, а во-вторыхъ, нѣчто еще болѣе худшее: неспособность, наконецъ, глубоко и полно дышать, узкогрудость — сводная сестра чахотки. Лишенное свѣта, воздуха и движенія школьное юношество большихъ городовъ вырастаетъ въ хилое, безсильное поколѣніе, изъ котораго набираются вѣчные жильцы больницъ, жильцы всевозможныхъ «климатическихъ станцій», между тѣмъ какъ эти станціи подъ бокомъ, съ широко раскрытыми для всѣхъ дверями — это мѣста для общественныхъ игръ. Но ихъ у насъ не знаютъ.

Хотя мы и сознали необходимость движенія, физическихъ упражненій, но мы остановились на полѣ-дорогѣ; два часа гимнастики въ недѣлю далеко не удовлетворяютъ потребности въ движеніи. Однако нельзя въ этомъ винить одну школу. Во многихъ слояхъ нашего общества о здоровьѣ тѣла думаютъ еще такъ мало, что не только спокойно относятся ко многимъ, иногда трудно устранимымъ вреднымъ вліяніямъ школы, но не обращаютъ даже вниманія на подобныя же, хотя далеко не неизбѣжныя вредныя вліянія и у себя дома, въ семьѣ. Ребенокъ сидитъ за чтеніемъ какихъ-нибудь фантастическихъ приключеній небывалыхъ путешественниковъ, за картонажной работой и т. п., и родители спокойны.

Но школьная гимнастика — все, что у насъ дѣлается, или, вѣрнѣе, еще только начинается дѣлаться для воспитанія тѣла — почти совсѣмъ не усиливаетъ обмѣна веществъ въ тѣлѣ или усиливаетъ его въ очень незначительной степени, слѣдовательно не удовлетворяетъ главной, если не единственной цѣли движенія у дѣтей. Если она пригодна какъ прибавочное средство для молодыхъ людей, которые могутъ понять и проникнуться сознаніемъ ея пользы, то для дѣтей эта форма движенія совершенно негодна. Движеніе должно быть имъ дано не какъ гимнастика, составляющая цѣль сама