

V sedanjih razmerah je razun teh okoliščin še ena stvar, na katero se je v tej zadevi ozirati. V večih krajih je navadno zasobno podučevanje nekterih otrok (Nachstundenunterricht). Učitelj podučuje pa vedno le otroke svojega razreda. Ker je v viših razredih po nekterih krajih za to večja urnina navadna, kakor v nižih in ker je v unih morda tudi več takih učencev, kakor v teh, bilo bi to verstenje učitelju viših razredov na škodo, nižemu pa na korist in dobiček. Da bi se pa tudi ta zapreka odpravila, in da bi nihče vsled te preuredbe ne terpel škode, zložili naj bi bratovski učitelji ves denar, ki ga dobé s privatnim podučevanjem učencev v šoli, skup, ter ga enakomerno med seboj razdelili. To bi bilo bratovsko, to bi bilo lepo in budiven zgled vsemu ljudstvu!

Ker sem že dosedaj sim ter tje korist verstenja omenil, povdarjam le še posebno to, da bi ta sistema pospeševala zlasti izobraženost in zvedenost učiteljev v svojem šolskem stroku in njih veselje do šole. Marsikteri se že naveliča kakega razreda in ker vkljub svoji prošnji ga na pomakno dalje in drugam, otěrpne in pride ob vse dopadajenje do šolstva in učiteljstva. Pa tudi verstenje bi pravega sadu ne prinašalo, ako bi se v tej zadevi preveč enakomerno ravnalo. Ako bi namreč en učitelj svoje učence iz pravega razreda peljal in vodil po vseh razredih, ni vedno v vsakem oziru dobro; marveč je tudi s to vpeljavo tehtno premisliti treba. Izverstnemu učitelju se pač več let ena in ista mladina zaupati sme; ne tako mlačnemu in malomarnemu. Zategadel je treba tudi tukaj previdnosti.

Kar pa zadeva strokovništvo, ki je dan danes po srednjih šolah navadno, o tem pa ne bom obširno govoril. Strokovništvo je tudi nekako verstenju podobno. Vpeljavo tega je treba le na onih šolah, kjer so učitelji strokovnjaki, kakor na srednjih in deloma tudi na meščanskih šolah. Na ljudskih šolah so pa učitelji izurjeni po malem v vseh naj potrebnejših naukih, tedaj morajo tudi vsem njihovim nalogam zadostovati. Novim postavam, ki zahtevajo podučevanje v raznih težkih, novih predmetih, bi se pač lože zadostovalo, ako bi se za nekatere nauke le za to sposobni učitelji iz svoje srede izbrali. Opominjam le telovaje, petja, risanja z geometrijo i. t. d.

L.

## Telesne vadbe.

(Dalje.)

Od leta 1837., zlasti pa od l. 1842. in 1844. so se na Nemškem v telovadstvu kaj veliki koraki storili. Na Saksonskem je bilo že 1848. leta čez 150 telovadskih šol; enako tudi po drugih nemških

državah. Vstanovili so tudi po večih mestih izobraževališča za telovadne učitelje, med katerimi ste slavele in še slavite berlinsko in dreždansko; na poslednji je ravnatelj slavni M. Kloss, kateri je že kaj veliko o tej umetnosti pisal.

Tudi časniki o telovadstvu so začeli izhajati, in vzbudilo se je bilo vedno več in več telovadskih društev.

V naj novejših časih, v zadnjih desetih letih so posamni pisatelji, zdaj ta, zdaj uni namen telovaje posebno povdarjali in zagovarjali.

Temu je bila telovaja potrebna vsem stanovom, drugemu pa le gosposkemu stanu in zopet tretjemu le vojaščini. In to pričkanje in pretresovanje še ni dognano; da je pa v vsakej terditvi kaj resnice, ne more se tajiti.

Dosedaj smo opisovali zgodovinski razvoj telovadstva na Nemškem, kjer se je misel v stari gerški telovaji naj prej prerodila in naj prej k novemu življenju obudila; poglejmo pa še malo v druge dežele, kaj da so te v tej zadevi storile in na zadnje hočemo povedati, kako je avstrijska vlada v tej reči posnemala druge dežele in kake korake je storila, da je telovadstvo v naši domovini razširjevala.

Na Švedskem je Henrik Ling oče telovadski; on je misel, ki se je na Nemškem širila, prenesel l. 1814. tudi v svojo domovino, in jo tam na podlagi anatomije in fiziologije dalje gojil in izobraževal, ter si toliko prizadjal, da je vlada na Švedskem že zgodaj korist tega nauka za šolsko mladino spoznala in ga v vse švedske učilnice vpeljala. Ling je hotel telovajo po znanstvenih anatomskeh preiskavah tako vrediti, da bi imelo telovadstvo naravnost dober vpliv tudi na boljše zdravje bolnega človeka, in je priporočal v ta namen bolj dolgočasne vaje, ki so pa bile za bolne in onemogle ude prav koristne. To Lingovo ali švedsko telovadstvo je imelo še dovolj zagovornikov in prijateljev; ali za živo, čversto mladino ni bilo primerno in jej ni ugajalo; kajti Ling je bil enake vaje tudi mladini namenil. Dandanes se pa nasledniki Lingovi ne derže več tako strogo njegove sisteme, kajti vedo, da samo ž njo ne morejo shajati.

Po izgledu nemških sosedov je tudi švicarsko ljudstvo še kmali na telovadstvo oziralo. V tej deželi ima H. Clias za telovajo skoro enako zaslugo, kakor Ling na Švedskem, ali Guts-Muts na Nemškem.

Po Francoskem se sicer tudi nahajajo telovadnice in tudi po šolah se nekaj „turna“; ali kakor je splošno šolstvo na Francoskem zad za Nemškem, tako je tudi v tej reči na slabšem.

Iz drugih dežel je o tem le malo poročati. Da se telovadstvo vedno bolj in bolj vpeljuje v šole in v društva po Laškem, Angleskem in v Ameriki, to je lahko verjetno; kajti svet je v zvezi med seboj in ljudstvo povsod rado poskuša to, kar bi mu zdravje ohranilo in življenje podaljšalo.

Ostaja nam še povedati, kedaj se je v Avstrijo telovadstvo zasejalo in kake mladike je pri nas pognalo. Nemški Avstrijanci so naj pred svoje severne brate v napravi telovadnih društev s svojimi telovadnicami posnemali; večja mesta, kakor Dunaj, Gradec, Linc, Salzburg itd. so se v tem naj prvo odlikovala.

Slovanski kraji se tega niso koj lotili; Čehi so pa v tej zadevi naj prvo dober zgled pokazali drugim Slovanom. Da je telovaja za izrejo mladine koristen in potreben nauk, do tega spoznanja so avstrijski šolski možje še le pozno prišli, namreč 1862. leta. Ta čas je dalo dunajsko svetovalstvo napraviti za svojo srenjo 4 telovadne učilnice. Kmali potem — ne vem že kterelega leta — se je ustanovila tudi pripravnica za telovadne učitelje. In še nektera druga večja mesta so v napravi telovadnih šol prekosila vlado, koja je še le 31. okt. l. 1867. zaukazala deželnim vladam, ki imajo naj prej skerbeti, da se ljudski učitelji teoretično in praktično izobražujejo v telovadnem nauku. Vsled tega povelja se je ta nauk vpeljal v učiteljske pripravnice. 26. januarja 1868. l. je naučno ministerstvo na dalje zapovedalo, da naj se koj s prihodnjim šolskim letom telovaja vpelje v vse tiste šole, na kterih so za to podučevanje sposobni učitelji. Priporočilo je ob enem vsem učiteljem, da naj se poslužujejo vsake priložnosti, pri kterej bi se v tem predmetu izurili in jim se je obljubilo, da se bo pri delitvi kake podpore na take posebno oziralo. Tudi srenje, ki iz lastnega nagiba za ta nauk v šoli skerbé, naj deželne vlade po mogočnosti podpirajo.

Vlada je nadalje neprenehoma svojo pozornost telovaji obračala. Ko je l. 1869. načert nove šolske postave o načelih ljudskega šolstva državnemu zboru predlagala, je tudi ta nauk med učne predmete sprejela, in državni zbor je temu priterdil. Enako so storili deželni zbori, ki so o tej stvari konečno izrekli svoje mnenje. In od tega časa se povsod na to gleda, da je v slehernej šoli v učnem čertežu tudi telovaji odmerjena kaka ura, da se mladina vadi svoje telesne ude ali v šoli, v telovadnici ali pa na kakem prostorčku pod milim nebom. V nekterih šolah se do sedaj še ni tako daleč dognalo, ker manjka sposobnega učitelja ali pa potrebne telovadnice in orodja. Toda, kar še ni, pa bode.

Že po zgodovini telovadstva se more sklepati, da je telovaja za človeštvo koristna in potrebna. Bilo bi tedaj skoraj nekako

odveč, še o dobroti telesnih vaj govoriti; vendar se nam zdi in ta predmet je prevažen, da ne bi smeli še nekaj razlogov v njegovo priporočilo spregovoriti.

Naravna postava veleva že, da se človeško telo vedno giblje in trudi. Gibanje je k zdravju neobhodno potrebno. Stari rimljanski pisatelj Plimpij je to resnico izrekel s temi besedami: „Kakor je tekoča voda vedno čista in bistra, mirno stoječa pa motna in smerdljiva, tako daje telesna delavnost in vaja človeku zdravje, lenoba pa in postopanje je vir vseh bolezní, napak in pregreh“.

Da je to načelo pravo in resnično, nas prepričajo vednosti in lastne skušnje. Iz anatomicnih in fizioloških vednosti so učeni, zlasti zdravniki, dokazali dobrodejnih vpliv telovaje za človeško zdravje, za moč telesnih udov, za čvrsto in lepo rast in razvijanje života.

Na človeško hrodje (kostnjak) so nastavljeni v lepi primeri vsi drugi mehkejši deli; med temi so mišice (muskela) zelo velike važnosti. Vsa moč človeška je združena v mišicah. Te pa se morajo zmerom gibati, stegovati in skerčevati; kajti le delavnost jim daje moč in urnost. To kaže tudi skušnja. Ljudje, ki ne delajo s svojimi telesnimi udi, nimajo v njih nikakoršne moči. Na dalje se nahajajo pri teh ljudeh kaj slabotne in kerhke kosti; pri naj manjši nezgodi se jim ta ali uni ud zlomi. Telovaja dela torej tudi močne, elastične kosti.

K lepoti človeškega života pripomore zelo njegova ravna postava (ravno vedenje in čvrsta možata hoja). Pri marsikterem človeku je zgornji život (herbet) kriv in pripognjen; gerba izhaja iz zakrivljenega herbtanca (rückgrat). Zakrivljeni herbtanec se pa zopet nekoliko zravna, ako se misice herbtne in plečne pridno vadijo; gotovo pa se taki napačni rasti v okom pride z ravno omenjenimi vajami; za to se priporočajo vaje z rokami in na orodjih. Ako se človek vadi v različni hoji, skakanji in tekanji, vterjuje si spodnje ude, p. noge, in pridobi si na ta način krepko hojo in čvrsto, možato postavo. Stari Gerki so telovadca že na hoji spoznali.

Veliko ljudi je bolnih na plučah in sercu; te bolečine izvirajo večidel iz preozkih persi. Umna telovaja pa tudi persa ukrepčuje in širi. Telovaja ima na človeški život še drug dober vpliv. Pri pridnem gibanju se človek dostikrat razgreje in spoti; znano pa je, da to zdravju koristi; kajti iz človeka izpuhti takrat nepotrebna mokrota. Tudi koža se pri marljivi telovaji nekako raztegne in zadobi veliko lepšo barvo, po kateri se navadno sklepa na zdravje notranjih udov. Tudi za te dele, za notranje organe človeške, je vsaka vaja kaj koristna. Pri vsakem naglem gibanju serce močneje bije,

t. j. kerv se po žilah hitreje pretaka; to pa zopet vse organsko življenje pospešuje. Pri urnem delu se tudi hitreje sope, t. j. v pluća dohaja več dobrega zraka (kislica), ki slabo črnkasto kri spreminja v dobro rudečkasto. Vse to pa stori, da život potrebuje in porabi več redivnih snovi in vse življenje se nagleje verši. Hrana se hitreje spreminja v redivni sok, ki dohaja v kri, ta zopet redi mišice in kosti, in kratko rečeno: gibanje pospešuje vse organsko delo v človeškem životu. Od tod tudi dohaja, da delalni ljudje potrebujejo in prebavijo več živeža nego mirno živčiči. Tudi se dá fiziologično dokazati, da je ravno telovaja in gibanje sploh vzrok, da so delalni in gibajoči ljudje med delom in po delu tako veseli, serčni, dobrovoljni in pogumni. To vidimo pri telovadcih, pri igrajoči mladini, pri vojakih, kmetih itd.; drugi pa, n. pr. uradniki, pisarji, ženske po mestih, ki vedno sedé, so naj večkrat sami s seboj nezadovoljni in se odlikujejo zlasti s svojim „kislim obrazom“.

Dosedaj smo se za terdno prepričali o koristi telovaje. Pa ne samo to, da je koristno, ako se odločno in z veseljem telovadstva poprimemo; tudi dolžnost in potreba nam to nalaga.

*(Konec prih.)*

## Metelko

v  
slovenskem slovstvu.

3. L. 1789 je bil V. Vodnik za duhovnega pomočnika menda v Ribnici, l. 1798 je bil že v Ljubljani, prišel s Koprivnika, učenik pesništva (Lehrer der Poetik) ali tedaj VI. gimnazijskega razreda; l. 1806 dá na svetlo „Pesme za pokúšino“ in l. 1809 „Pesmi za brambovec“ in l. 1811 je bil „vódia latinskih, prvih in délovskih šol“ (cf. Pismenost str. VIII.). Tedaj je Vodnik najbolj slovel. V novomeških latinskih že, gotovo pa v ljubljanskih licejskih ali visokih šolah (visokošolstvo Lyceum, vsešolstvo Universität Vodn.) se je bil Metelko soznalil z njegovimi veljavnimi slovstvenimi spisi. Posnemal ga je poslej v pisavi tako, da je v slovenščini, vzlásti v imenji ali slovničnem imenoslovji Vodnik bil mu res vodnik.

Od l. 1806 je slovenil Vodnik cesarske nemške ukaze in deželnega vladarstva razglase in razpise (Patente, Currenden, Circulare itd.) prestavljal v „deželni jezik“ ter je dobival za to kar kranjski tolmáč (als krainerischer Translator, ex Cammerali) 100 gld. na leto. To sitno in časih prav težavno delo so mu milostno pustili tudi poslednje leta, kadar se je zvezda njegova bila že uternila. Jeli dobival stanovitno plačo, ne vem; to pa vem, da je l. 1817 poslovenil