

Uniwersytet Rzeszowski. Wydział Pedagogiczny

ELŻBIETA DOLATA

ORCID: 0000-0003-1902-1410

gdolata@poczta.onet.pl

---

*„W zdrowym ciele zdrowy duch” – wychowanie zdrowotne  
w szkołach galicyjskich okresu autonomicznego*

---

“A Sound Mind in a Sound Body”: Health Education in Galician Schools  
at the Turn of the 19<sup>th</sup> and the 20<sup>th</sup> Century

STRESZCZENIE

Wiek XIX zdobył miano wieku dziecka. Wraz ze wzrostem wiedzy biologicznej i psychologicznej o człowieku rozszerzyła się wiedza o dziecku, jego fazach rozwojowych, potrzebach i zainteresowaniach. Dziecko pojmowano jako wartość samą w sobie, przysługiwało mu prawo do zaspokajania podstawowych potrzeb oraz zapewnienia odpowiednich warunków rozwoju i ochrony zdrowia. W związku z tym w wielu krajach europejskich zaczęto podejmować różne inicjatywy mające na celu stworzenie dzieciom optymalnych warunków rozwoju fizycznego i psychicznego. Popularne stało się kontrolowanie stanu zdrowia dzieci oraz wychowanie higieniczno-zdrowotne. Nowe idee dotarły również do Galicji. Na jej terenie rozwinął się ruch higieniczny, w który byli zaangażowani lekarze, higieniści i pedagodzy. Prowadzili oni szeroko zakrojoną akcję popularyzatorską wśród społeczeństwa galicyjskiego na temat różnych form wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży. W ich efekcie zmniejszyła się śmiertelność dzieci i zachorowalność na różne choroby oraz poprawiły się warunki sanitarno-higieniczne w szkołach.

**Słowa kluczowe:** historia wychowania; higiena szkolna; wychowanie zdrowotne

WPROWADZENIE

Wiek XIX zdobył miano wieku dziecka. Wraz ze wzrostem wiedzy biologicznej i psychologicznej o człowieku rozszerzyła się wiedza o dziecku, jego fazach rozwojowych, potrzebach i zainteresowaniach. Dziecko pojmowano jako wartość samą

w sobie, przysługiwało mu prawo do zaspokajania podstawowych potrzeb oraz zapewnienia odpowiednich warunków rozwoju i ochrony zdrowia. Nowe spojrzenie na dziecko, postulowane przez przedstawicieli Nowego Wychowania, spowodowało szereg inicjatyw mających na celu stworzenie dzieciom optymalnych warunków dla rozwoju fizycznego i psychicznego. We wszystkich krajach europejskich w popularyzowanie wiedzy o zdrowiu i działalność na rzecz poprawy warunków sanitarno-higienicznych dla dzieci zaangażowali się m.in. pedagodzy, lekarze i higieniści. Nowe idee dotarły również do Galicji. Na jej terenie rozwinął się intensywny ruch higieniczny, którego celem było popularyzowanie wiedzy z zakresu higieny i ochrony zdrowia oraz wypracowanie rozwiązań organizacyjnych, programowych i metodycznych w nauczaniu i wychowaniu, uwzględniających zasady higieny i zdrowego stylu życia.

### PROBLEMATYKA ZDROWIA I HIGIENY W PROGRAMACH NAUCZANIA SZKÓŁ GALICYJSKICH

Nauka o zdrowiu ma w Polsce tradycje sięgające jeszcze szkół pijarskich i Komisji Edukacji Narodowej, jednak nie była ona w XIX w. często prezentowana m.in. ze względu na brak odpowiednich uregulowań prawnych w tym zakresie. Dopiero pod koniec tego stulecia nauczanie higieny i popularyzacja wiedzy o zdrowiu stały się bardziej powszechne, choć na ostateczne rozwiązania trzeba było poczekać do XX w.

W Galicji, gdzie sytuacja higieniczno-zdrowotna była szczególnie niekorzystna, lekarze, higieniści i pedagodzy bardzo często domagali się upowszechniania wiedzy higienicznej oraz wdrażania nawyków zdrowego stylu życia. Jedną z postulowanych form działań w tym zakresie było wprowadzenie odpowiednich treści do programów nauczania. Przykładowo Walerian Serbeński w publikacji *O naglącej potrzebie zorganizowania służby zdrowia w szkołach publicznych* proponował, by do planów naukowych dla szkół średnich wprowadzić naukę higieny zamiast greki oraz by jej nauczanie powierzyć lekarzom (Serbeński 1903, s. 42). Lekarze postulowali, aby uczniowie poznawali podstawowe wiadomości z anatomii, fizjologii, medycyny oraz uczyli się, jak dbać o zdrowie i jak postępować w przypadku zachorowania na różne choroby (Winogrodzki 1908b, s. 20). Pedagodzy proponowali zapoznavanie uczniów z wiedzą higieniczną przy okazji nauki różnych przedmiotów przyrodniczych, np. przy wykładzie o świetle można opowiedzieć o higienie oka, przy omawianiu dźwięku – o higienie ucha, przy zagadnieniach dotyczących powietrza na fizyce lub tlenu na chemii – o procesie oddychania. Ponadto na wykładach z geografii można przedstawić opis higienicznego sposobu życia różnych narodów, opis mieszkania, odzieży, odżywiania się ludności w różnych państwach oraz choroby właściwe pewnym krajom i okolicom, na lekcjach historii – epidemie chorób na przestrzeni lat czy sposoby życia dominujące w różnych epokach, a na arytmetyce można rozwiązywać zadania o treści mającej związek z higieną (Janke 1906, s. 180).

Przez długi okres, jako element wychowania zdrowotnego w szkołach galicyjskich, prowadzono nauczanie higieny w ramach przedmiotu historia naturalna. W planach nauczania dla szkół ludowych z lat 1873–1914 historia naturalna występowała jako przedmiot obowiązkowy w szkołach pięcio-, sześć-, siedmio- i ośmioklasowych. Nauka tego przedmiotu nie odbywała się natomiast w szkołach niżej zorganizowanych: jedno-, dwu-, trzy- i czteroklasowych. Historię naturalną wykładano średnio w wymiarze 2 godzin tygodniowo w klasach starszych. Również z planów nauczania gimnazjów galicyjskich i szkół wydziałowych z lat 1875–1909 wynika, że nauczanie historii naturalnej odbywało się we wszystkich klasach po 2–3 godziny tygodniowo (*Plany naukowe dla szkół ludowych pospolitych wraz z instrukcją* 1893; *Ustawa Krajowa i Plan Nauki dla Szkół Realnych w Galicji* 1900, s. 46). W ramach historii naturalnej uczniowie poznawali podstawy anatomii i fizjologii człowieka oraz zasady higienicznego trybu życia (dbałość o czystość ciała i otoczenia). Uczyli się też metod zapobiegania chorobom oraz postępowania w przypadku zachorowania na choroby zakaźne.

Nauczanie powierzano zwykle lekarzom szkolnym lub nauczycielom przedmiotów przyrodniczych. Z tego powodu Rada Szkolna Krajowa (RSK) zaleciła nauczycielom poznanie zasad higieny i zdrowego stylu życia. W planie naukowym z 1893 r. czytamy:

(...) każdy nauczyciel jest obowiązany obznajomić się dokładnie z zasadami higieny, a w szczególności higieny szkolnej i przestrzegać ich nie tylko w stosunku swoim do młodzieży szkolnej lecz wpływać także, o ile można, i na to, ażeby dom rodzicielski dbał o to wszystko, czego potrzeba do należytego fizycznego wychowania dzieci w czasie ich nauki szkolnej (*Plany naukowe dla szkół ludowych pospolitych wraz z instrukcją* 1893).

Pod koniec XIX w., jako odrębny przedmiot nauczania, pojawiła się w szkołach higiena. Ze sprawozdań RSK wynika, że od roku szkolnego 1902/1903 przedmiot ten był wykładany we wszystkich szkołach wydziałowych żeńskich pięcio- i sześcioklasowych.

Nauczanie higieny odbywało się zazwyczaj w formie wykładów, w trakcie których używano ciekawych pomocy dydaktycznych: tablic poglądowych, wykresów, rysunków. Najczęściej stosowano tablice higieny szkolnej opracowane przez dra Leona Wernica, które w przystępny sposób, przy pomocy tabel i wykresów, przedstawiały podstawową wiedzę higieniczną. Przykładowy fragment tablicy higieny szkolnej został zamieszczony w tab. 1.

Ciekawą formą popularyzowania wiedzy higienicznej wśród uczniów było wywieszanie przepisów higienicznych w klasach i na korytarzach lub drukowanie ich w dzienniczkach uczniowskich. Przykładowy zestaw przepisów higienicznych jest następujący:

Tab. 1. Higiena snu

1. Kiedy najpóźniej powinien kłaść się spać uczeń?	
Wiek	Godzina
6–8 lat	8.00
9–10 lat	8.30
11–13 lat	9.00
14–16 lat	9.45
17–18 lat	9.30
19–20 lat	10.00
2. Jak długo powinien spać człowiek?	
Wiek	Ilość snu (w godzinach)
6–8	11
9–10	10
11–13	9,5
14–16	9
17–18	9
19–21	8,5
Dorośli	8–7,5

Źródło: (Wernic 1907).

1. Ręce myj wodą z mydłem kilka razy dziennie, zwłaszcza przed każdym jedzeniem; twarz, uszy, szyję i górną część tułowia myj rano i wieczorem.
2. Paznokcie czyść szczotką, obcinaj przynajmniej dwukrotnie w ciągu tygodnia, nigdy ich nie obgryzaj.
3. Zęby czyść szczoteczką i proszkiem, rano i wieczorem. Jamę ustną płucz wodą z rana, po przyjściu ze szkoły i możliwie po każdym jedzeniu.
4. Głowę myj często. Włosy najlepiej noś krótkie, czesz je gęstym grzebieniem i szczotką.
5. Uszy trzymaj w czystości. Nie oczyszczaj uszu ostre przedmiotami, np. ołówkiem, zapalką, drutem, szpilką.
6. Do nosa używaj zawsze czystej chusteczki. Przy oczyszczaniu nosa, czyść najpierw jedną połowę, a potem drugą. Nie dłoń nigdy w nosie.
7. Kąp się raz w tygodniu.
8. Bieliznę zmieniaj przynajmniej raz na tydzień, na noc zmieniaj koszulę.
9. Oddychaj nosem. Piersi naprzód! Tułów prosto! Głowa do góry!
10. Unikaj przebywania w nieczystym powietrzu. Nie pal tytoniu. Nie wzbijaj kurzu. Nie pluj na podłogę. Nie rzucaj pestek z owoców i resztek pokarmu na podłogę. Zanim wejdiesz do mieszkania lub do szkoły, oczyszczaj obuwie z kurzu i błota.
11. Jedz powoli, żuj dokładnie pokarmy. Przy jedzeniu nie czytaj.

12. Nie pij wódki, piwa, wina, mocnej herbaty, mocnej kawy. Za napój używaj czystej wody (przy braku przefiltrowanej używaj przegotowanej), lekkiej herbaty lub mleka.
13. Przy pracy siedź prosto; pisząc trzymaj lewe przedramię na stole, obydwie ramiona poziomo, głowę prosto, oczy w odległości 30–40 cm od książki lub kajetu. Nie śliń palców przy przewracaniu kartek. Światło (okno, lampę) miej przy pracy z lewej strony, lampy nie przesuwaj zbyt blisko, by chronić głowę od gorąca. Nie czytaj, nie pisz o zmroku i przy złym oświetleniu.
14. W chwilach wolnych od nauki używaj ruchu na otwartym powietrzu.
15. Kładź się wcześniej spać, abyś mógł nazajutrz wstać wypoczęty. Sypiaj 9–10 godzin. Leżąc w łóżku, trzymaj ręce na kółdrze.
16. Nie udawaj się na spoczynek zaraz po jedzeniu. Wstawaj, skoro tylko się przebudzisz, wcześniej, abyś mógł pierwsze śniadanie zjeść bez pośpiechu.
17. Pokój sypialny przewietrzaj często, a zwłaszcza przed pójściem spać.
18. Ospę winienes mieć szczepioną przynajmniej dwukrotnie.
19. Nie odwiedzaj kolegów, chorych na choroby zakaźne i w ogóle unikaj styczności z chorymi zakaźnymi. Szczególnie strzeż się szkarlatyny, dyfterytu, odry, ospy, kokluszu, tyfusów i biegunki krwawej (dyszenterji).
20. Będąc chorym na chorobę zakaźną, nie używaj książek z bibliotek publicznych, zwłaszcza z biblioteki szkolnej. Po przebyciu choroby zakaźnej nie wolno ci przyjść do szkoły bez pozwolenia lekarza, również bez pozwolenia lekarza nie powinienes uczyćszczać do szkoły, jeżeli ktoś z twej rodziny jest dotknięty chorobą zakaźną (Kopczyński 1929, s. 24).

Wiele treści o tematyce zdrowotnej przekazywano uczniom również podczas nauki języka polskiego. Znajdowały się one w wielu tekstach zawartych w podręcznikach do nauki czytania. Przykładowo w *Pierwszej książce do czytania dla szkół ludowych* (1901) znajdujemy czytankę pt. *Źródło*, w której zamieszczono przestrożę przed pićm zimnej wody bezpośrednio po wyczerpującej zabawie. Również w *Drugiej...* (1915) i *Trzeciej książce do czytania dla szkół ludowych* (1885) jest wiele tekstów, w których zostały omówione zasady higienicznego trybu życia (np. *Zdrowie*, *Chory kotek*, *Recepta*). Publikacje z zakresu higieny znajdują się też w zbiorach czytanek dla starszych dzieci, np. w *Szkółce dla młodzieży* (1910).

Potrzebę nauczania i rozpowszechniania wiadomości higienicznych wśród dzieci i młodzieży uznawano za przygotowanie gruntu do niezbędnej reformy zdrowotnej kraju. Jeden z czołowych higienistów galicyjskich, lekarz szkolny Tadeusz Żuliński, przekonywał:

(...) niewiele się przydadzą i najznakomitsze prawa i instytucje sanitarne w kraju, jeżeli ludzie, tj. obywatele, dla których się one postanawia, ani słuchać ich, ani z nich korzystać nie będą chcieli. Tylko higieniczne od dziecka wychowanie, tylko dobry przykład w tym względzie oto-

czenia, i wczesne zaznajamianie młodzieży z nauką pielęgnowania zdrowia, szczepiąc w jednych przyzwyczajanie, czyli nałóg higieniczny, a w drugich przekonanie higieniczne, zle znakomicie zmniejszyć albo stanowczo na zawsze usunąć zdoła (Żuliński 1881, s. 22).

## PRZYGOTOWANIE NAUCZYCIELI DO PROWADZENIA WYCHOWANIA ZDROWOTNEGO

Prowadzenie wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży wymagało odpowiedniego przygotowania kadry nauczycielskiej. W związku z tym, od momentu powstania seminariów nauczycielskich, w zakres nauki kandydatów na nauczycieli wchodziło zapoznawanie ich z zasadami higieny. W statucie pierwotnym tych instytucji z 1874 r. i późniejszym, z 1886 r., elementy higieny i somatologii wchodziły w zakres historii naturalnej, a od 1891 r. Ministerstwo Oświaty wprowadziło dla przyszłych nauczycieli obowiązkową naukę somatologii (Majorek 1971, s. 90–93). Z analizy programu nauczania z 1909 r. wynika, że kandydaci na nauczycieli byli zapoznawani z wiedzą z zakresu zoologii oraz anatomii i fizjologii człowieka, poznawali funkcjonowanie organizmu ludzkiego, sposoby zapobiegania chorobom, zasady postępowania w przypadku różnych chorób, a ponadto uczyli się zasad higieny szkolnej i sposobów udzielania pierwszej pomocy (Meissner 1999, s. 196).

Naukę higieny i somatologii w seminariach nauczycielskich prowadzili lekarze powiatowi, a z biegiem czasu – lekarze szkolni. W ustawie z dnia 2 czerwca 1907 r. o kształceniu nauczycieli oraz o uzdolnieniu do nauczania w szkołach ludowych pisano:

Nauczanie somatologii i higieny powierzone będzie lekarzowi, specjalnie do tego uzdolnionemu, któremu także jako lekarzowi szkolnemu poruczony będzie nadzór nad ogólnymi stosunkami zdrowia wychowanków i nad higienicznym utrzymaniem lokalów szkolnych (Baranowski 1911, s. 379).

Początkowo nauczanie higieny odbywało się w oparciu o ogólne publikacje. W 1896 r. został wydany podręcznik dla uczniów i uczennic c.k. seminariów nauczycielskich pt. *Somatologia i higiena* Edwarda Madeyskiego. Pierwsza część dotyczyła anatomii. Omówiono w niej szczegółowo budowę organizmu ludzkiego oraz funkcjonowanie poszczególnych układów i organów. Część druga zawierała informacje z dziedziny higieny. Scharakteryzowano tu czynniki otoczenia wpływające na zdrowie ludzkie, takie jak: powietrze, woda, pokarm, odzież, warunki mieszkaniowe, warunki nauki szkolnej i pracy. Poza tym przedstawiono sposoby pielęgnowania ciała, metody zapobiegania chorobom oraz sposoby postępowania w przypadku zachorowania (Madeyski 1896). Innym podręcznikiem, wykorzystywanym w seminariach nauczycielskich do nauki higieny, była *Pedagogika do użytku seminariów nauczycielskich i nauczycieli szkół ludowych* Mieczysława Baranowskiego z 1896 r.

Znaczenie wyposażenia nauczycieli w wiedzę higieniczną oraz przygotowanie do prowadzenia wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży potwierdzają rozporządzenia ministerialne. W 1905 r. Ministerstwo Wyznań i Oświaty wydało okólnik do dyrekcji komisji egzaminacyjnych, zobowiązujący do sprawdzania przyszłych nauczycieli pod kątem znajomości zagadnień z zakresu higieny, zalecono też organizowanie bezpłatnych szkoleń dla nauczycieli z tego zakresu.

Upowszechnienie wiedzy higienicznej wśród nauczycieli przyczyniło się do ich większego zaangażowania w edukację zdrowotną dzieci i młodzieży.

### POPULARYZACJA WIEDZY O ZDROWIU W PUBLIKACJACH DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

Pod koniec XIX w. w Galicji zaczęły się ukazywać publikacje dla dzieci i młodzieży o tematyce higieniczno-zdrowotnej. Ich autorami byli przede wszystkim higieniści oraz lekarze szkolni, m.in. T. Żuliński, M. Baranowski, E. Madeyski, Alfred Winogrodzki, Bronisław Kaczorowski (Dolata 2016, s. 186).

Już w 1881 r. M. Baranowski opublikował *Zarys higieny i dyetyki ciała i ducha w zastosowaniu do młodzieży szkolnej i wieku dziecięcego*. Było to tłumaczenie niemieckiego podręcznika do higieny autorstwa dra Bocka. Opracowanie zawierało wiadomości dla nauczycieli z zakresu anatomii i fizjologii człowieka oraz podstawowe zasady higieny dla młodzieży szkolnej (Baranowski 1881). Pozycję tę RSK poleciła jako obowiązkową do bibliotek szkolnych reskryptem z dnia 13 października 1884 r.

Za pierwszy polski podręcznik do nauki higieny w szkołach uznaje się *Higienę szkolną* T. Żulińskiego. Był on przeznaczony dla lekarzy i nauczycieli zajmujących się nauczaniem higieny w szkołach. W pierwszej części przedstawiono warunki życia ludności polskiej oraz dane statystyczne o śmiertelności i zachorowalności na różne choroby na tle danych europejskich. Poza tym przytoczono liczne przykłady poprawy warunków higienicznych w szkołach europejskich. Druga część dotyczy wyłącznie higieny szkolnej. Szczegółowo omówiono w niej normy higieniczne, którym powinien odpowiadać budynek szkolny i jego wyposażenie, scharakteryzowano też choroby szkolne oraz podstawowe zarządzenia higieniczne. Zakończenie stanowi obszerny apel o wprowadzenie obowiązkowej nauki higieny w szkołach polskich, co miałyby zapoczątkować higieniczną reformę kraju (Żuliński 1886).

W 1903 r. ukazała się publikacja pt. *Z higieny szkolnej* autorstwa lekarza powiatowego A. Winogrodzkiego. To zbiór wykładów dla młodzieży gimnazjalnej. W pierwszej części zostały omówione choroby szkolne, ich przyczyny, sposób rozpowszechniania oraz metody zapobiegania im i leczenia. Druga część została poświęcona gruźlicy, która na przełomie XIX i XX w. stanowiła poważne zagrożenie dla życia. Autor wzywa do przestrzegania zasad higieny, które mają pomóc w zapobie-

ganiu choroby, jak również namawia do szybkiej interwencji lekarskiej w przypadku zachorowania (Winogrodzki 1903). Winogrodzki jest także autorem publikacji pt. *Hygiena. Podręcznik do użytku uczniów i uczennic szkół średnich i samouków* (1908a). Zawarł w nim wskazówki higieniczne dla młodzieży. Co istotne, autor zaleca przede wszystkim dbanie o czystość ciała i otoczenia oraz odpoczynek na świeżym powietrzu. Poza tym omówił wpływ nauki szkolnej na zdrowie uczniów oraz scharakteryzował najczęstsze choroby szkolne. Z kolei w 1908 r. B. Kaczorowski opublikował *Elementarz higieniczny dla młodzieży szkolnej*, w którym w bardzo przystępny sposób udzielił wskazówek co do pielęgnowania zdrowia w dzieciństwie i wieku dorastania. W 1916 r. ukazał się *Podręcznik higieny* Matyldy Biehler, adresowany do nauczycieli i uczniów szkół średnich. Autorka opisała czynniki wpływające na stan zdrowia człowieka. Scharakteryzowała: powietrze, wodę, grunt, warunki mieszkaniowe, sposób odżywiania i ubierania ludności oraz ich wpływ na zdrowie. Ponadto poruszyła kwestię higieny szkolnej oraz omówiła normy higieniczne, którym powinny odpowiadać warunki nauki szkolnej. W opracowaniu znajdują się również podstawowe wskazania zdrowotne dla uczniów (Biehler 1916).

Z biegiem czasu pojawiało się coraz więcej publikacji podejmujących problematykę zdrowotną, znacznie częściej poruszano ją też na łamach różnych czasopism.

### GIMNASTYKA JAKO FORMA WYCHOWANIA HIGIENICZNEGO W SZKOŁACH

W 1869 r. na mocy ustawy państwowej wprowadzono obowiązek nauczania gimnastyki w galicyjskich szkołach ludowych, zaś w 1879 r. rozpoczęto jej nauczanie jako przedmiotu nadobowiązkowego w szkołach średnich (Wroczyński 1971, s. 140). Początkowo w wielu szkołach przedmiot ten figurował tylko w podziałach godzin, ale nie był realizowany. Często godziny przeznaczone na gimnastykę wykorzystywano na nauczanie innych przedmiotów; szczególnie po dłuższych przerwach spowodowanych epidemiami (tyfusu, dyzenterii, szkarlatyny itp.) nadrabiano zaległości w realizacji materiału. Wielokrotnie realizację gimnastyki utrudniali rodzice dzieci, którzy zarzucali nauczycielom marnotrawienie czasu i odrywanie dzieci od nauki. Uprzedzenia i zarzuty odbierały nauczycielom chęć do prowadzenia wychowania fizycznego dla dzieci. W latach 1874–1884 prowadzono systematyczną gimnastykę tylko w 67–82 szkołach ludowych.

Wraz ze wzrostem świadomości w zakresie higieny i ochrony zdrowia sytuacja ta ulegała stopniowej poprawie. W latach 1899–1909 systematyczna nauka gimnastyki odbywała się już w około 250–330 szkołach (Baranowski 1911, s. 308).

Niejednokrotnie prowadzenie zajęć gimnastycznych było niemożliwe ze względów lokalowych. Stan większości budynków szkolnych był bardzo zły



i brakowało w nich podstawowego wyposażenia. Około 40% szkół ludowych mieściło się w pomieszczeniach zupełnie nieodpowiadających potrzebom. Sal gimnastycznych zazwyczaj nie było, a środki finansowe nie pozwalały na zakup niezbędnego sprzętu sportowego. Klasy szkolne, ciasne i przepełnione ławkami, nie spełniały warunków do prowadzenia wychowania fizycznego. Tylko nieliczne szkoły miały odpowiednie urządzenia na zewnątrz budynku do organizowania aktywności ruchowej uczniów na świeżym powietrzu. Niewiele lepiej wyglądała sytuacja szkół średnich.

Obok fatalnych warunków lokalowych i przepełnienia szkół poważnym utrudnieniem w realizacji wychowania fizycznego był austriacki system szkolny oparty na zarysie organizacyjnym z 1849 r. Zgodnie z nim w szkołach obowiązywała nauka dwurazowa według podziału na przedmioty obowiązkowe i nadobowiązkowe. Zwykle przed południem odbywały się 4 lekcje, a po południu – 2. Dzienny wymiar godzin wynosił 6–7 lekcji. Biorąc pod uwagę czas potrzebny uczniom na dotarcie do szkoły, posiłek czy odrobienie lekcji, nie byli oni w stanie wygospodarować czasu na ruch i zabawę.

Poważną przeszkodą w prowadzeniu gimnastyki zarówno w szkołach ludowych, jak i średnich była też sytuacja kadrowa. Nauczyciele nie mieli odpowiedniego przygotowania do prowadzenia zajęć. Sytuacja uległa pewnej poprawie, gdy pracę w szkołach zaczęli podejmować przygotowani do prowadzenia zajęć gimnastycznych absolwenci seminariów nauczycielskich oraz instruktorzy wywodzący się z Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół”.

W związku z brakiem wykwalifikowanej kadry zajęcia z gimnastyki w szkołach zazwyczaj prowadzili emerytowani wojskowi lub komendanci straży pożarnej. Gimnastyka odbywała się najczęściej w oparciu o system gimnastyki niemieckiej, w którym dominowały szablonowe ćwiczenia, powtarzane wielokrotnie, nie zawsze dostosowane do możliwości fizycznych dzieci.

Z biegiem czasu władze oświatowe Galicji oraz Ministerstwo Wyznań i Oświecenia w Wiedniu zaczęły coraz bardziej podkreślać znaczenie ćwiczeń fizycznych w wychowaniu młodzieży szkolnej, co miało odzwierciedlenie w wydawanych w tej sprawie zarządzeniach. W 1890 r. został wydany okólnik MWiO, który podkreślał konieczność uwzględniania w planie szkolnym wychowania fizycznego równoległe z wychowaniem intelektualnym. Zobowiązano wówczas szkoły do organizowania zabaw, gier gimnastycznych, ślizgawek czy marszy. Postawiono dodatkowo przed szkołami obowiązek zamieszczania w rocznych sprawozdaniach osiągnięć z zakresu wychowania fizycznego. Rozwiązaniem problemów finansowych miała być opłata nałożona na uczniów w wysokości 1 korony od osoby. Wywołało to jednak oburzenie ze strony rodziców, gdyż nieuiszczenie opłaty groziło wydaleniem ze szkoły (Mońka 1988, s. 177). Obowiązkowe wprowadzenie gimnastyki budziło wiele zastrzeżeń higienistów. Mimo że podkreślali znaczenie wychowania fizycznego, sprzeciwiali się umieszczeniu go między

innymi przedmiotami, twierdząc, że młodzież wyczerpana ćwiczeniami gimnastycznymi nie jest zdolna do wysiłku umysłowego.

Sytuacja znacznie się poprawiła, gdy Rada Szkolna Krajowa w 1892 r. zmieniła system nauczania szkolnego, wprowadzając naukę jednorazową zamiast dwurazowej, początkowo na próbę w szkołach lwowskich. Rezultaty okazały się pomyślne, gdyż młodzież mogła więcej czasu poświęcić na zabawę, przechadzki czy kąpiele. W roku szkolnym 1895/1896 nauka jednorazowa była powszechnie realizowana, a wychowanie fizyczne coraz częściej wprowadzano do szkół. Dodatkowo prowadzone, zgodnie z polityką RSK, na nieco większą skalę (niestety, niewystarczającą na długo) remonty budynków szkolnych i budowa nowych obiektów umożliwiły systematyczne upowszechnianie gimnastyki w szkołach. Ponadto przeprowadzona na początku XX w. reforma programów gimnazjalnych ułatwiła prowadzenie zajęć fizycznych. Z początkiem XX w. realizowano gimnastykę jako przedmiot obowiązkowy najpierw w klasach niższych gimnazjalnych, a następnie – od roku szkolnego 1912/1913 – w klasach wyższych (Hądzelek 1991, s. 171). W efekcie wzrosła liczba młodzieży uczącej się pływać i ślizgającej się na łyżwach, zwłaszcza tam, gdzie gminy, stowarzyszenia i osoby prywatne ułatwiały młodzieży korzystanie z pływalni i ślizgawek. Rozpowszechniły się również ćwiczenia w wiosłowaniu, jeździe na kole oraz biegu na nartach. Największe rezultaty osiągnięto jednak w zakresie gier i zabaw młodzieży. W niektórych szkołach udział młodzieży w zabawach wynosił 50–60% (Dolata 2007).

Od chwili wprowadzenia do szkolnych programów nauczania gimnastyki znacznie wzrosło zainteresowanie dzieci i młodzieży ćwiczeniami fizycznymi i ruchem na świeżym powietrzu.

## HIGIENICZNA ORGANIZACJA CZASU WOLNEGO

Ważną formą wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży w Galicji były kolonie wakacyjne. Ich idea zrodziła się w Szwajcarii, gdzie w 1876 r. zorganizowano pierwszą kolonię letnią (Dolata 1997, s. 101). Lekarze i higieniści bardzo szybko dostrzegli pozytywne efekty zdrowotne przebywania dzieci na świeżym powietrzu, w związku z czym idea kolonii rozwinęła się w całej Europie.

W Galicji początek koloniom dało Towarzystwo Pedagogiczne, które z inicjatywy dra Teofila Gerstmana w dniu 5 sierpnia 1883 r. zorganizowało pierwszą kolonię wakacyjną dla dzieci lwowskich w Żabim nad Czeremoszem (Żółkiewski 1884, s. 249). Pomyślne wyniki tego przedsięwzięcia spowodowały, że Towarzystwo Pedagogiczne rozpropagowało na szerszą skalę ideę tej instytucji. W tym celu został utworzony Komitet dla Kolonii Wakacyjnych, który od 1884 r. systematycznie organizował letni wypoczynek dla dzieci i młodzieży ze szkół lwowskich (*Księga pamiątkowa...* 1892, s. 222). Z kolei w Krakowie od 1885 r. organizacją kolonii letnich zajęło się Towarzystwo Kolonii Wakacyjnych dla Dzieci.

Przekonując się o pozytywnym wpływie na zdrowie dzieci wypoczynku na świeżym powietrzu, do organizacji akcji letniej włączały się towarzystwa i komitety w innych miastach galicyjskich.

Wszystkie kolonie organizowano według ustalonych zasad. Przyjmowano na nie głównie dzieci z ubogich rodzin miejskich, które osiągnęły dobre wyniki w nauce. Pobyt na kolonii trwał zwykle 3 tygodnie. Rozkład dnia przewidywał zajęcia sportowe, artystyczne i turystyczne oraz kąpiele wodne. Przywiązywano dużą wagę do snu nocnego (możliwie długiego) oraz odpowiedniego wypoczynku. Z programu dnia wyłączono uzupełnianie wiedzy, a nawet czytelnictwo. Wśród form pracy preferowano: pogadanki, gry, zabawy, wycieczki, samodzielne prace dzieci. Wychowawcom zalecano:

- organizowanie podczas kolonii jak największej ilości zabaw, gier i gimnastyki na świeżym powietrzu,
- stosowanie racjonalnego odżywiania dzieci (potrawy mięsne, lekkostrawne),
- wdrażanie kolonistów do przestrzegania zasad higieny osobistej,
- utrzymywanie wzorowej czystości pomieszczeń i otoczenia (Żuliński 1885, s. 66).

W praktycznej działalności kolonii letnich przeważał cel profilaktyczno-leczniczy, któremu były podporządkowane kwestie wychowawcze. Na pierwszy plan wysuwano sprawę racjonalnego odżywiania oraz zapewnienie dziecku maksimum ruchu na świeżym powietrzu i w wodzie. Cel kolonii organizatorzy określili następująco:

Charakter kolonii jest wypoczynkowy i klimatyczny. Chodzi nam o to, aby po całorocznej pracy szkolnej i po zimowym życiu w miejskich niehigienicznych warunkach dać młodzieży jak najwięcej słońca, powietrza, wody, należytego odżywiania i odpowiedniego ruchu, jednak bez przeciążania ćwiczeniami fizycznymi. Chcemy podtrzymać i pomnożyć zdrowie młodzieży, nadwątłone ciężkimi warunkami pracy w szkole, pragniemy młodzież uodpornić na dalsze życie w mieście. Poza tym pragniemy nauczyć młodzież współzycia ze sobą, nauczyć obowiązkowości i punktualności w życiu zbiorowym, poczucia współdziałania obywatelskiego, wreszcie zapoznania się z krajobrazem, historią i ludem (*Sprawozdanie z kolonii wakacyjnej TNSW 1909*, s. 281).

Dzieci wracające z kolonii wakacyjnych poddawano badaniom lekarskim, robiono zestawienia porównujące wzrost, ciężar ciała, siłę, stan zdrowia sprzed wyjazdu. Zazwyczaj okazywało się, że dzieci przybrały na wadze, nabrały odporności, poprawiła się ich kondycja fizyczna i stan zdrowia, co było dowodem na to, że kolonie wakacyjne to niezmiernie cenna forma wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży.

Instytucja kolonii letnich dla dzieci stała się źródłem pomysłów do uruchomienia pokrewnych form wypoczynku. Jedną z nich to korpusy wakacyjne, organizowane od 1889 r. początkowo we Lwowie, a później również w innych miastach galicyjskich. W ramach korpusów organizowano jednodniowe wyprawy za

miasto, w trakcie których uczniowie brali udział w różnych grach i zabawach na świeżym powietrzu. W regulaminie korpusów z 1893 r. czytamy:

Instytucja korpusów wakacyjnych ma na celu podnieść fizyczny i moralny rozwój młodzieży szkolnej, budzić w niej ducha karności, zgody i koleżeństwa. Krzewić zamiłowanie do gier, gimnastyki, chronić wreszcie od zgubnego wpływu ulicy i rozluźnienia, na jakie młodzież pozostawiona samej sobie podczas wakacji, najczęściej jest narażona. Środki do osiągnięcia powyższego celu, prócz moralnego oddziaływania nadzorujących młodzież kierowników są: wycieczki i długotrwałe pochody, musztra, gry i zabawy, gimnastyka i kąpiele (*Regulamin korpusów wakacyjnych...* 1893, s. 2).

Akcja letniego wypoczynku dla dzieci z biegiem czasu rozpowszechniła się na terenie całej Galicji. W latach 1912–1913 niemal z wszystkich większych miast galicyjskich wysyłano najbardziej potrzebujące dzieci na kolonie. Rada Szkolna w okólniku z dnia 12 maja 1912 r. pisała: „(...) kolonie i korpusy wakacyjne to jedne z pierwszych, najchlubniejszych dzieł XX wieku w dziedzinie wychowania publicznego”. Należy jednak zauważyć, że rozwój tej formy opieki nad dziećmi zależał od ofiarności społeczeństwa, dlatego jej zasięg mimo wszystko miał charakter ograniczony.

## ZAKOŃCZENIE

Kształtowanie wśród dzieci i młodzieży nawyków związanych z ochroną zdrowia, prowadzone w Galicji na przełomie XIX i XX w., przyniosło wymierne efekty. W konsekwencji prowadzonych na szeroką skalę działań na rzecz zdrowia i higieny nastąpiła stopniowa zmiana warunków sanitarno-zdrowotnych w szkołach, a dzięki rosnącej świadomości ważności zdrowia stopniowo zmniejszała się śmiertelność dzieci i młodzieży oraz zachorowalność na różne choroby. Wychowanie zdrowotne w dużej mierze przyczyniło się do rozwoju kultury higieniczno-sanitarnej ludności galicyjskiej.

Wypracowane rozwiązania stały się fundamentem oraz inspiracją dla wielu przedsięwzięć higieniczno-zdrowotnych podejmowanych w Polsce na szeroką skalę po I wojnie światowej. Co ciekawe, wiele zagadnień powraca obecnie i stanowi podstawę wymiany poglądów wielu środowisk. Wśród współcześnie dyskutowanych kwestii znajdują się chociażby: problem przeciążenia uczniów nauką szkolną, wprowadzenie opieki stomatologicznej w szkołach czy konieczność pogodzenia wymagań edukacyjnych z kwestiami zdrowotnymi.

## BIBLIOGRAFIA

- Baranowski B.A. (1911), *Szkolnictwo ludowe w Galicji w swym rozwoju liczebnym od roku 1868 do roku 1909 z uwzględnieniem stosunków higienicznych*, Lwów: „Rodzina i Szkoła”.
- Baranowski M. (1881), *Zarys higieny i dyetyki ciała i ducha w zastosowaniu do młodzieży szkolnej i do wieku dziecięcego*, Stanisławów: Druk J. Dankiewicza.
- Baranowski M. (1896), *Pedagogika do użytku seminariów nauczycielskich i nauczycieli szkół ludowych*, Lwów: Gubrynowicz i Szmidt.
- Biehler M. (1916), *Podręcznik higieny*, Warszawa–Lublin–Łódź–Kraków: Gebethner i Wolf.
- Dolata E. (1997), *Kolonie wakacyjne dla dzieci polskich w Galicji pod koniec XIX i na początku XX wieku*, „Zeszyty Naukowe WSP w Rzeszowie. Seria Społeczno-Pedagogiczna i Historyczna”, nr 24.
- Dolata E. (2007), *Gimnastyka w szkołach galicyjskich jedną z form wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży na przełomie XIX i XX wieku*, „Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Rzeszowskiego. Seria Pedagogiczna”, nr 46.
- Dolata E. (2016), *Rozwój ruchu higienicznego w Galicji w okresie autonomicznym ze szczególnym uwzględnieniem higieny szkolnej*, Rzeszów: Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego.
- Druga książka do czytania dla szkół ludowych* (1915), Lwów: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Hądzelek K. (1991), *Wychowanie fizyczne i sport w drugiej połowie XIX wieku i na początku XX wieku*, [w:] *Dzieje kultury fizycznej w Polsce w XIX i XX wieku*, Poznań: Akademia Wychowania Fizycznego.
- Janke O. (1906), *Zasady higieny szkolnej. Podręcznik przeznaczony do użytku nauczycieli, kierowników szkół i lekarzy szkolnych*, Warszawa: Księgarnia Naukowa.
- Kaczorowski B. (1908), *Elementarz higieniczny dla młodzieży szkolnej*, Lwów: c.k. Rada Szkolna Krajowa Okręgowa Miejska.
- Kopczyński S. (1929), *Opieka higieniczno-lekarska nad dzieckiem normalnym w szkole*, [w:] B. Krakowski (red.), *Zagadnienia opieki nad macierzyństwem, dziećmi i młodzieżą w Polsce*, Warszawa: Druk „Rola” Jana Buriana.
- Księga pamiątkowa ku uczczeniu 25. rocznicy założenia Towarzystwa Gimnastycznego „Sokół” we Lwowie* (1892), Lwów: Towarzystwo Gimnastyczne „Sokół”.
- Madeyski E. (1896), *Somatologia i higiena, podręcznik do użytku uczniów i uczennic, c.k. seminariów nauczycielskich*, Lwów: Zakład Ossolińskich.
- Majorek C. (1971), *System kształcenia nauczycieli szkół ludowych w Galicji doby autonomicznej 1871–1914*, Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Meissner A. (1999), *Spór o duszę polskiego nauczyciela. Społeczeństwo galicyjskie wobec problemów kształcenia nauczycieli*, Rzeszów: WSP.
- Mońka A. (1988), *Wychowanie fizyczne w szkołach średnich w Galicji w końcu XIX w.*, Warszawa: Wychowanie Fizyczne i Sport.
- Pierwsza książka do czytania dla szkół ludowych* (1901), Lwów: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Plany naukowe dla szkół ludowych pospolitych wraz z instrukcją* (1893), Lwów: c.k. Rada Szkolna Krajowa.

- Regulamin korpusów wakacyjnych młodzieży szkolnej miasta Lwowa* (1893), Lwów: Towarzystwo Pedagogiczne.
- Serbeński W. (1903), *O naglącej potrzebie zorganizowania służby zdrowia w szkołach publicznych*, Lwów: Wydawnictwo Towarzystwa Higienicznego.
- Sprawozdanie z kolonii wakacyjnej TNSW* (1909), „Muzeum”, t. 2.
- Szkołka dla młodzieży* (1910), cz. 5, Lwów: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Trzecia książka do czytania dla szkół ludowych* (1885), Lwów: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Ustawa Krajowa i Plan Nauki dla Szkół Realnych w Galicji* (1900), Lwów: c.k. Rada Szkolna Krajowa.
- Wernic L. (1907), *Higiena pracy uczniów w szkole i higiena snu*, [w:] *Tablice poglądowe higieny szkolnej*, tab. II, Warszawa: Księgarnia Naukowa.
- Winogrodzki A. (1903), *Z higieny szkolnej*, Kraków: Drukarnia Narodowa.
- Winogrodzki A. (1908a), *Hygiena. Podręcznik do użytku uczniów i uczennic szkół średnich i samouków*, Sambor: Towarzystwo Przyjaciół Młodzieży Szkolnej.
- Winogrodzki A. (1908b), *Lekarze i higiena w szkołach*, Sambor: Odbitka ze Sprawozdania Dyrekcji c.k. Gimnazjum w Samborze.
- Wroczyński R. (1971), *Dzieje wychowania fizycznego i sportu od końca XVIII wieku do roku 1918*, Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Żółkiewski S. (1884), *Pierwsza lwowska kolonia wakacyjna*, „Szkoła”, nr 32.
- Żuliński T. (1881), *Kilka słów w sprawie higienicznej reformy szkół*, Kraków: Drukarnia Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Żuliński J. (1885), *Sprawozdanie higieniczno-lekarskie z kolonii wakacyjnych lwowskich w roku 1884*, Lwów: Towarzystwo Pedagogiczne.
- Żuliński T. (1886), *Dra Tadeusza Żulińskiego Higiena szkolna*, Kraków: Wydawnictwo Dziel Lekarskich Polskich.

## SUMMARY

The 19<sup>th</sup> century was named the century of a child. The knowledge of a child, his developmental phases, needs, and interests was expanded together with the increase in the knowledge of biology and human psychology. The child was understood as a value itself who has a right to have basic needs fulfilled as well as to get appropriate conditions of development and health care provided. In connection with it, various initiatives were undertaken in a lot of European states aiming at the creation of optimal conditions of physical and psychological development for children. Controlling children's health condition and hygienic as well as health education became popular. New ideas also reached the territory of Galicia. The hygienic movement developed in its area, which doctors, hygienists, and teachers were involved in. They widely popularised health issues and different forms of health education of children and the youth among the Galician society. As a consequence, the children's mortality and a morbidity rate decreased and the sanitary and hygienic conditions at schools improved.

**Keywords:** history of education; school hygiene; health education