

ТЕОРИЯ и ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



2

1931

ОГИЗ—ФИЗКУЛЬТУРА И ТУРИЗМ
МОСКВА

ЛЕНИНГРАД

ФЕВРАЛЬ □ ГОД ИЗДАНИЯ ШЕСТОЙ □ ТОМ VI □ 1931

05
Г-33

A99

ТЕОРИЯ и ПРАКТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ЖУРНАЛ,
ПОСВЯЩЕННЫЙ НАУЧНОЙ РАЗРАБОТКЕ ВОПРОСОВ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, ФИЗИЧЕСКОГО
ОБРАЗОВАНИЯ И ВРАЧЕБНОГО КОНТРОЛЯ
НАД ФИЗИЧЕСКИМ РАЗВИТИЕМ.

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН
НКЗдрава РСФСР и ВСФК
СССР и РСФСР



№ 2 (38)



ОГИЗ — ФИЗКУЛЬТУРА И ТУРИЗМ
МОСКВА 1931 ЛЕНИНГРАД

СОДЕРЖАНИЕ

Стр.

I. ОРИГИНАЛЬНЫЕ СТАТЬИ

<i>Блях В. и Пелепейченко П.</i> —Результаты обследования призывников (физкультурников и нефизкультурников)	3
<i>Дюперрон Г. А.</i> —О трудовых навыках в уроках физического воспитания	13
<i>Бернштейн И. Э. и Я. Э. и Шульгин А. Я.</i> —К вопросу о выделении уробилина в моче под влиянием мышечной работы	21
<i>Кононов Б.</i> —Опыт работы по физкультуре на производстве	30

II. БИБЛИОГРАФИЯ

<i>Теодоронский С. А.</i> —Физкультурная книга в 1930 году	34
III. ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ	47

INHALTSVERZEICHNIS

Seite

I. ORIGINALARTIKEL

<i>Blach W. u. Pelepeitschenko P.</i> —Die Resultate der Untersuchung der Rekruten (Körperkultur treibende u. nicht Körperkultur treibende) .	3
<i>Düperron G.</i> —Ueber die Arbeitsgewandtheit während des Unterrichts in der Körpererziehung	13
<i>Bernstein J. u. I. u. Schulgin A.</i> —Zur Frage über die Ausscheidung des Urobilin im Urin unter dem Einflusse der Muskelarbeit	21
<i>Kononow B.</i> —Ein Versuch zur Arbeit der Körperkultur im Betriebe	30

II. BIBLIOGRAPHIE

<i>Teodoronsky S.</i> —Ein Buch über die Körperkultur im Jahre 1930	34
III. OFFIZIELLER TEIL	47

Проф. В. Бляхи д-р П. Пелепейченко ВСФК УССР и ВСУ УВО

РЕЗУЛЬТАТЫ ОБСЛЕДОВАНИЯ ПРИЗЫВНИКОВ

(физкультурников и нефизкультурников).*

Социалистическая реконструкция народного хозяйства и переустройство культурной жизни выдвигают физическую культуру в число важнейших мероприятий для ускорения темпов строительства социализма в условиях капиталистического окружения, при повседневной угрозе войны.

Необходимость физической культуры вызывается повышением культурного уровня масс, улучшением их экономического состояния, требованиями обороны страны, реорганизацией труда и быта на новых, социалистических основах.

Семичасовой рабочий день, непрерывное производство, создание гигантов— заводов и фабрик, совхозов и колхозов, ударничество и соцсоревнование содействуют дальнейшему продвижению физкультуры в массы трудящихся и использованию ее как одного из способов культурной революции, как одного из средств поднятия производительности труда и борьбы с профвредностями, борьбы за образование нового, социалистического общества.

Интересы обороны СССР требуют максимального использования физической культуры для укрепления боевой мощи Красной армии, для военной подготовки трудящихся. Благотворное воздействие различных методов физкультуры при рациональном их использовании уже достаточно доказано и ни в ком не вызывает сомнения. Но возможно и неблагоприятное воздействие их—при нерациональном применении. К сожалению, некоторые используют эти немногочисленные случаи для нападок на физкультуру и часто ссылаются при этом на результаты призыва в Красную армию.

*) Помещая статью т. Бляхи и Пелепейченко, которая по техническим причинам не вошла в № 1 журнала, редакция считает освещение вопросов теории и практики физкультуры, связанных непосредственно с задачами повышения обороноспособности страны, па ряду с задачей повышения производительности труда, важнейшей, ведущей темой журнала и предлагает научным и практическим работникам обратить особое внимание на разработку этих вопросов.

Обследование призывников одного из призывов в РККА, проведенное ВСФК и ВСУ УВО, показало несостоительность этих утверждений. По всем статьям браковки физкультурники давали меньшие цифры, чем нефизкультурники, а по своему физическому развитию они намного превосходили последних.

Для вторичной проверки правильности этих положений было предпринято более широкое обследование призывников еще одного года призыва.

Данная работа была проведена ВСФК и ВСУ УВО силами Украинского научно-исследовательского института физкультуры, местных призывных комиссий, врачебно-антропометрических кабинетов, преподавателей физкультуры с активным содействием местных советов физкультуры. Массовое обследование в таком масштабе проводилось впервые. Всего было обследовано до 40.000 человек; карточек, вполне пригодных к обработке методом вариационной статистики, оказалось 27.588, из них не занимавшихся физкультурой — 6.276 штук. Не отрицая возможности вреда от физкультуры в отдельных случаях, при неправильном использовании физических упражнений, мы должны признать, что она является оздоровительным и евгеническим средством, которое может и должно поднять обороносспособность Красной армии. Физкультура как социально-евгенический фактор, как средство повышения производительности труда и борьбы с профвредностями — громадной важности проблема, стоящая перед нами в Советской стране.

Общие результаты врачебных комиссий.

Эти результаты можно разделить на следующие категории: 1) безусловно годных, 2) ограниченно годных, 3) получивших отсрочку, 4) признанных негодными и 5) посланных на испытание.

Если мы рассмотрим таблицу 1, показывающую эти результаты, то увидим, какое огромное преимущество по всем категориям, по всем социальным и национальным признакам падает на долю физкультурников.

Среди физкультурников из 6.276 чел. безусловно годных оказалось в процентах 63,2, а среди нефизкультурников из 21.312 чел. — 44,4. Соответственно по другим категориям: ограниченно годных среди физкультурников — 12,0 (среди нефизкультурников — 15,2), получивших отсрочку — 10,0 (16,7), негодных — 8,5 (17,4), посланных на испытание — 6,3 (6,3).

В отдельных национальных группах безусловно годных среди физкультурников украинцев оказалось: рабочих — 66,2

Таблица 1.

Социальные и национальные группы	Не занимавшиеся физкультурой			Занимавшиеся физкультурой		
	Общее количество обследов.	Признан безуслов. годн. в %	Забракован в %	Общее количество обследов.	Признан годн. в %	Забракован в %
Украинцы рабочие	3596	47,6	52,4	1992	66,2	33,8
" селяне	12678	45,9	54,1	1823	65,5	34,5
" служащие	777	39,2	60,8	599	59,8	40,2
" кустари	275	36,4	33,6	—	—	—
Русские рабочие	1250	45,8	54,2	691	61,1	38,9
" селяне	276	50,0	50,0	—	—	—
" служащие	222	27,9	72,1	187	56,7	43,3
Евреи рабочие	1126	36,4	63,6	633	60,2	39,8
" служащие	641	29,3	70,7	351	52,7	47,3
" кустари	369	32,8	67,2	—	—	—
" селяне	102	39,2	60,8	—	—	—
Итого	21312	44,4	55,6	6276	63,2	36,8

(нефизкультурников — 47,6), селян — 65,5 (45,9), служащих — 59,8 (39,2). Негодных среди физкультурников украинцев: рабоч.—9,3 (нефизкульт.—17,6), сел.—6,8 (16,7), сл.—7,7 (18,9).

Среди русских безусловно годных оказалось: рабоч. физкультурников — 61,1 (нефизкульт. — 45,8), сл. — 59,8 (27,9), нефизкульт. сел. — 50. Негодных среди русских: рабоч. физкультурников — 7,4 (нефизкульт. — 15,9), сл. — 5,3 (нефизкульт. — 21,2), сел. нефизкульт. — 17,7.

Среди евреев безусловно годных оказалось: рабоч. физкультурников — 60,2 (нефизкульт. — 36,4), сл. — 52,7 (29,3). Негодных среди евреев рабоч. физкультурников — 9,0 (нефизкульт. — 18,5), сл. 9,1 (22,5).

Таким образом число физкультурников, признанных безусловно годными к службе в Красной армии, превалирует над нефизкультурниками среди:

Таблица 2.

	В %	По данным более раннего призыва в %
Украинцев рабочих	на 18,6	на 18,3
" селян	* 19,6	* 18,1
" служащих	* 20,6	* 15,0
Русских рабочих	* 15,3	* 17,5
" служащих	* 28,8	—
Евреев рабочих	* 23,8	* 18,1
" служащих	* 23,4	* 13,3
Общее среднее превалирование	на 21,4	на 16,4

Процент физкультурников, признанных не годными к военной службе, оказался в два раза меньше, чем среди нефизкультурников. Вместе с тем результаты призыва обследованного года и той и другой категории оказались намного благоприятнее, чем данные более раннего призыва. Указанным материалом еще раз подтверждается вся необоснованность обвинений в том, что процент брака физкультурников больше, чем лиц, не занимающихся физкультурой.

При разделении по категориям призывников, разбитых по округам Украины, мы видим, что, несмотря на значительную пестроту в относительных количествах процентов годных и негодных, всюду совершенно рельефно вырисовывается огромное превалирование у физкультурников процента годных, а у нефизкультурников процента негодных. Так у физкультурников процент годных варьируется от 49,4 до 84, у нефизкультурников от 25,3 до 63,6, а процент негодных у физкультурников от 2,8 до 21,8, у нефизкультурников от 8,2 до 61,5.

Среди отдельных округов наибольший процент годных физкультурников оказался в Кривом Роге — 84, у нефизкультурников в Артемовске — 63,6. Наименьший у физкульт. в Шепетовке — 49,4, у нефизкульт. в Черкассах — 25,3, наибольший процент негодных у физкультурников в Черкассах — 21,8, у нефизкульт. там же — 61,5, наименьший у физкульт. в Белой Церкви — 2,8, у нефизкульт. в Бердичеве — 8,2.

Таким образом не только общее количество «забракованных» среди нефизкультурников больше в сравнении с физкультурниками, но почти все отдельные группировки, составляющие категорию «забракованных», выявляют в равной степени эту закономерность.

Искключение из этой тенденции составляют категории русских служащих, получивших отсрочки (15,0 среди занимавшихся физкультурой и 12,1 среди не занимавшихся физкультурой), и среди евреев служащих, направленных на испытание (17,1 среди занимавшихся физкультурой и 15,9 среди не занимавшихся физкультурой).

Интересно отметить, что в проведенной аналогичной работе над более ранним призывом группы служащих украинцев, получивших отсрочки (20,4 %), среди занимавшихся и не занимавшихся физкультурой, и служащих евреев, не годных к военной службе (19,2 % физкульт. и 18,9 % нефизкульт.), из категорий «забракованных» дали числа процентов несколько противоречащие общей тенденции превалирования брака среди не занимавшихся ранее физкультурой в сравнении с занимавшимися ею.

Это явление, однако, ничуть не опровергает безусловно четко и рельефно оформленной закономерности больших цифр браковки у лиц, не причастных к занятиям физкультурой.

Если сравнивать полученные числа процентов признанных годными анализируемого года призыва с таковыми же данными более раннего призыва по различным категориям обследованных, то получим:

Таблица 3

Годных среди нефизкультурников из граждан
анализируемого года призыва в сравнении с
более ранним призывом

То же среди физ-
культурников

	В %	В %
Ураинцев рабочих больше	на 1,9	больше на 4,2
" селян меньше	" 3,0	меньше " 1,5
" служащих меньше	" 0,7	больше " 4,9
Русских рабочих больше	" 10,8	больше " 8,6
Евреев "	" 8,4	больше " 14,1
" служащих "	" 4,7	больше " 14,8
Среднее улучшение	на 3,85	на 7,51

Как видим, при изучении браковки по состоянию здоровья граждан анализируемого года призыва, занимавшихся и не занимавшихся физкультурой, повторилась как и в общих чертах, так и во всех деталях та же закономерность, что и при изучении граждан более раннего призыва¹⁾.

В таблице 4 приведены материалы, характеризующие физическое развитие призывников анализируемого года призыва по данным роста, веса и окружности груди отдельно физкультурников и нефизкультурников.

По каждому антропометрическому признаку показаны: N — количество изученных случаев, v — широта вариации данного антропометрического признака, M ± m — среднее арифметическое признака с его средней ошибкой, σ ± m — среднее квадратическое отклонение признака с его средней ошибкой, C ± m — коэффициент вариации признака с его средней ошибкой. Уже самый краткий анализ антропометрических признаков этой таблицы дает возможность заключить о превалировании средних размеров всех признаков по всем социально-национальным группам у лиц, занимавшихся ф. к.

¹⁾ Военно-санитарное дело, № 5 за 1929 г. Статья: В. Блях, П. Пелепейченко и Г. Чистяков, «Заболеваемость и физкультура».

АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИЕ ДАННЫЕ ПРИЗЫВ

	Р о с т в с.м					В е с в		
	N	o	M ± m	δ ± m	C ± m	N	o	M ± m
Не зан. фк. укр. рабочие	3581	136	168,52 ± 0,105	6,29 ± 0,074	3,73 ± 0, 44	3578	38	62,52 ± 0,106
		198					92	
Физкультур- ники . . .	1977	151	169,15 ± 0,134	5,96 ± 0,095	3,52 ± 0,056	1975	44	64,32 ± 0,149
		189					88	
Не зан. фк. укр. селяне.	12496	135					36	
	12496	199	168,25 ± 0,056	6,23 ± 0,039	3,70 ± 0,023	12473	88	61,68 ± 0,057
Физкультур- ники . . .	1818	143	168,91 ± 0,139	5,91 ± 0,098	3,50 ± 0,058	1818	42	63,01 ± 0,148
		192					85	
Не зан. фк. укр. служащ.	769	142					44	
	769	199	169,88 ± 0,235	6,51 ± 0,166	3,83 ± 0,097	771	90	62,12 ± 0,257
Физкультур- ники . . .	596	143	170,07 ± 0,236	5,76 ± 0,167	3,39 ± 0,098	595	47	63,88 ± 0,260
		186					84	
Не зан. фк. русс. рабоч.	1242	144	167,84 ± 0,184	6,49 ± 0,130	3,87 ± 0,078	1240	42	62,23 ± 0,191
		187					89	
Физкультур- ники . . .	685	148	168,32 ± 0,220	5,75 ± 0,155	3,42 ± 0,092	685	43	63,82 ± 0,251
		187					88	
Не зан. фк. русс. служ.	222	147					44	
	222	184	169,57 ± 0,419	6,24 ± 0,296	3,68 ± 0,175	222	84	60,96 ± 0,450
Физкультур- ники . . .	189	156	170,44 ± 0,457	6,28 ± 0,323	3,68 ± 0,189	189	49	63,22 ± 0,500
		185					85	
Не зан. фк. евреи рабоч.	1119	142	164,74 ± 0,196	6,56 ± 0,139	3,98 ± 0,084	1119	38	57,96 ± 0,197
		187					85	
Физкультур- ники . . .	633	146	165,60 ± 0,243	6,11 ± 0,172	3,69 ± 0,104	633	45	59,78 ± 0,267
		191					84	
Не зан. фк. евреи служ.	641	142					39	
	641	183	166,28 ± 0,267	6,77 ± 0,189	4,07 ± 0,104	641	37	59,17 ± 0,300
Физкультур- ники . . .	353	150	167,18 ± 0,312	5,86 ± 0,221	3,50 ± 0,132	350	47	60,95 ± 0,406
		184					86	

НИКОВ ИЗУЧАЕМОГО ПРИЗЫВА

Таблица 4

№		Окружность груди в см					
$\delta \pm m$	$C \pm m$	N	ο	$M \pm m$	$\delta \pm m$	$C \pm m$	
6,37±0,075	10,19±0,120	3563	66 104	87,28±0,075	4,49±0,053	5,14±0,061	
6,33±0,105	10,31±0,164	1968	73 108	89,15±0,103	4,58±0,073	5,14±0,082	
6,33±0,040	10,26±0,064	12491	68 107	87,45±0,038	4,26±0,024	4,87±0,031	
6,24±0,103	9,90±0,164	1818	69 103	88,32±0,100	4,27±0,071	4,83±0,080	
7,13±0,182	11,47±0,292	769	72 101	85,87±0,175	4,84±0,123	5,64±0,144	
6,34±0,184	9,92±0,288	597	76 106	87,97±0,181	4,42±0,128	5,02±0,145	
6,72±0,135	10,80±0,217	1233	72 104	87,45±0,129	4,54±0,091	5,19±0,105	
6,58±0,178	10,31±0,278	685	76 105	88,94±0,179	4,68±0,128	5,26±0,142	
3,71±0,318	11,07±0,525	220	73 101	85,22±0,313	4,64±0,221	5,44±0,259	
6,88±0,354	10,88±0,560	188	71 100	87,51±0,334	4,58±0,236	5,23±0,270	
6,61±0,140	11,40±0,210	1113	68 102	83,79±0,142	4,75±0,101	5,67±0,124	
6,72±0,189	11,25±0,316	633	68 102	85,77±0,204	5,14±0,144	6,00±0,168	
7,59±0,212	12,83±0,358	641	70 101	83,54±0,198	5,02±0,140	6,01±0,168	
7,60±0,287	12,45±0,470	353	66 104	85,40±0,285	5,37±0,202	6,29±0,237	

по сравнению с не занимавшимися ею. Такое превалирование в абсолютных цифрах представлено на табл. 5.

Таблица 5

Превалирование средних размеров роста, веса и окружности груди у физкультурников и нефизкультурников.

Социальные и национальные группы	Рост в м.и	Вес в кг	Окружность груди в мм
Украинцы рабочие	+ 6,3	+ 1,80	+ 18,7
" селяне	+ 6,6	+ 1,33	+ 8,7
" служащие	+ 1,9	+ 1,76	+ 21,1
Русские рабочие	+ 4,8	+ 1,59	+ 14,9
" служащие	+ 8,7	+ 2,26	+ 22,9
Евреи рабочие	+ 8,6	+ 1,82	+ 19,8
" служащие	+ 9,0	+ 1,78	+ 18,6
Итого в среднем	+ 6,55	+ 1,76	+ 17,81

Разница средних размеров тела выражается менее равномерно в отношении роста, при чем слабее всего она проявляется у украинцев служащих—1,9 мм, более всего она заметна у русских служащих—8,7 мм, и достигает наибольшей величины у евреев служащих—9,0 мм. В среднем разница между занимавшимися ф. к. и не занимавшимися составляет 6,55 мм. По окружности груди менее заметную разницу дают украинцы селяне—8,7 мм, самую значительную украинцы служащие—21,1 мм, и русские служащие—22,9 мм. В среднем разница окружности груди между занимающимися ф. к. и не занимающимися составляет 17,81 мм. По весу наименьшую разницу дают украинцы селяне—1,33 кг, наибольшую русские служащие—2,26 кг. В среднем вес тела физкультурников больше, чем нефизкультурников, на 1,76 кг.

Характерно, что наиболее заметная разница средних размеров роста, веса и окружности груди у физкультурников и нефизкультурников выявляется ярче всего у служащих различных национальностей. Здесь лишний раз подтверждается предположение, высказанное в связи с анализом для состояния призывающих более раннего призыва.

Специфические условия труда служащих при недостаточности или даже отсутствии физической работы и движений у них, обусловливают задерживание физического развития этой категории людей. Вместе с тем эти данные говорят, что физическая культура особенно эффективно проявляет свое благотворное действие на физическое состояние служащих, преимущественных обитателей городов и наиболее отсталых в своем физразвитии граждан.

Характеристика удельного веса врачебного контроля показана в следующей таблице.

Таблица 6

Социальные и национальные группы	Проходившие врачебный контроль (физкультурники)		Не проходившие врачебного контроля (физкультурники)	
	Призн. совершен. годн. (в %)	Забраковано (в %)	Призн. совершен. годн. (в %)	Забраковано (в %)
Украинцы служащие	66,1	33,9	52,2	47,8
Русские рабочие	64,2	35,8	55,4	44,6
" служащие	60,2	39,8	53,5	46,5
Евреи рабочие	62,3	37,7	57,1	42,9
" служащие	60,6	39,4	46,4	53,6
В среднем	62,68	37,32	52,92	47,08

В категорию забракованных включены: негодные вследствие военной службы, получившие отсрочки до призыва будущего года, зачисленные в переменный состав территориальных войск, так наз. ограниченно годные и направленные на испытания в леч. заведения.

Физкультурники, проходившие врачебный контроль во время занятий, дают самые высокие цифры признанных годными для несения военной службы. Эта категория призывников превышают средние цифры процента годных из числа физкультурников вообще на 6,3 у украинцев служащих, на 3,1 у русских рабочих, на 3,5 у русских служащих, на 2,1 у евреев рабочих, на 7,9 у евреев служащих. Средний процент превышения составляет 4,58.

Эти цифры сильнее всего агитируют за врачебный контроль, лишний раз подчеркивая необходимость 100-процентного охвата им занимающихся физкультурой.

Цифры забракованных по отдельным категориям заболеваний можно расположить в следующую таблицу:

Таблица 7

	Негодные (в процентах)	
	физкультуристы	нефизкультурники
Душевные и нервные болезни	12,9	40,1
Общее физическое недоразвитие	13,6	22,1
Различные внутренние болезни	8,0	10,0
Заболевания легких и дыхательных путей	15,0	27,4
Функцион. расстройства сердечной деятельности	10,0	13,6
Органические болезни сердечно-сосудистой системы	54,3	65,2
Заболевания суставов	22,2	58,3
Хирургические болезни	42,8	56,6
Болезни уха, горла, носа	22,2	38,0
Глазные болезни	35,5	42,2

Данные цифры показывают процент признанных призывными комиссиями негодными из общего количества забракованных (огранич. годных, отсрочка, негодных, испытание).

Указанная таблица совершенно рельефно показывает превалирование процента брака у нефизкультурников среди всех категорий заболеваний.

Все годные к военной службе по видам физкультуры располагаются в следующем порядке от большего процента к меньшему: 1) тяжелоатлеты 69,3, 2) гандболисты 68,4, 3) занимавшиеся несколькими видами 67,3; 4) легкоатлеты 65,6, 5) занимавшиеся индивидуальной гимнастикой 62,9, футболисты 62,6, теннисисты 59,5, занимавшиеся педагогической и спортивно-атлетической гимнастикой 59,4.

Все негодные к военной службе располагаются в следующем возрастающем порядке: 1) занимавшиесяическими видами 5,2, 2) тяжелоатлеты 5,7, 3) гандболисты 6,8, 4) легкоатлеты 7,4, 5) футболисты 8,0, 6) занимавшиеся педагогической и спортивно-атлетической гимнастикой 8,5, занимавшиеся индивидуальной гимнастикой 10,8, теннисисты 13,5.

Наиболее распространенными видами среди физкультурников являются педагогическая и спортивно-атлетическая гимнастика. Далее идут: футбол, легкая атлетика, индивидуальная гимнастика, тяжелая атлетика, гандбол, теннис.

Среди отдельных социальных группировок наблюдается примерно такая же картина, но с некоторыми перемещениями: напр. среди рабочих наиболее распространена легкая атлетика. Далее идут: футбол, педагогическая и спортивно-атлетическая гимнастика, тяжелая атлетика, индивидуальная гимнастика, гандбол, теннис.

Занимавшиесяическими видами физкультуры среди всех физкультурников и среди рабочих занимают четвертое место.

Сравнивая распространенность отдельных видов физкультуры с данными более раннего призыва и непризывниками по данным ВСФК, мы не видим среди призывников изучаемого призыва никаких изменений: все эти данные целиком совпадают.

Следующий № 3 журнала „Теория и практика физической культуры“ посвящен итогам работы I Всесоюзного съезда врачей по физкультуре.

Г. А. Дюперрон.

О ТРУДОВЫХ НАВЫКАХ В УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ. *)

В процессе переоценки ценностей и переустройства жизни физкультурники оказались, вероятно, наиболее консервативным элементом и плетутся далеко в хвосте. Если мы посмотрим на наши современные спортивные соревнования, мы должны будем сознаться, что между ними и прежними состязаниями разница очень невелика; конечно, смысл их подразумевается иной, но стали ли они иными по существу? Совершенно недостаточно.

Еще хуже обстоит дело с тем, что прежде называлось гимнастикой и что мы сейчас совершенно неправильно обобщаем словом «физкультура». И школьный урок физических упражнений и занятия в кружке регулярно называются физкультурой, хотя они и составляют только часть действительной физкультуры.

А помимо названия что изменилось в гимнастике? Изменились предпосылки. Изменились они настолько, что человек непосвященный действительно может подумать, что мы сделали огромный шаг вперед. Но сущность осталась абсолютно без изменения. Построение урока целиком основывается на принципах Эбера, на принципах 1910 года; кризис строится по принципу Лингга, т. е. по принципу, которому давно минуло 100 лет. И когда секция общей физподготовки Ленинградского ССФК сделала действительный шаг вперед, это породило не мало удивления и даже возмущения: помилуйте, пытаются нарушить традиции!

Можно возразить, конечно, что и средства ведь не новы, что кроме сгибания, разгибания, отведения, приведения и кружения тоже ничего нового не придумали, да и нельзя придумать. Конечно нельзя, да и не нужно. Нужно не придумывать новые средства, но нужно, и настоятельно нужно, пользоваться этими средствами целесообразно и соответственно современным требованиям.

Попробуем же наметить новые вехи для старой гимнастики, такие вехи, которые позволили бы плыть по жизненному пути, не садясь на мель, но и не попадая в пучину.

Исходной точкой возьмем вопрос о навыках. Уже достаточно говорилось о том, что необходимость приобретения и закрепления навыков должна проходить красной нитью по программам физических упражнений для трудящихся. В

*) В порядке обсуждения.

этом отношении никаких разногласий нет. Вопрос только в том, идем ли мы по правильному пути.

Для изучения и закрепления навыков мы пользуемся третьей и четвертой сериями ГУС'овского урока и урока советской физкультуры. Ленинградская секция общей физподготовки отвела для навыков единую, третью серию. Среди навыков, которым мы обучаем, мы привыкли различать общежитейские навыки и навыки военноприкладные.

К последним мы официально относим ползание, метание гранаты, передезание через соответственные препятствия и т. п. И вот весьма знаменательно, что всякий раз, когда за последнее время приходилось запрашивать у представителей Красной армии списки упражнений, дающих военноприкладные навыки, оказалось, что военспецы понимают такие навыки чрезвычайно широко. Предлагая свои программы, они вводили в них и ходьбу, и бег, и лазание, и метание. И каждый раз получался конфуз. Желания военспецов урезались, и тем не менее совершенно не получалось резкой грани между военноприкладными и общежитейскими навыками. Так оно, впрочем, и должно быть. Никакой разницы в данном случае и нет. Все, что мы до сих пор считали общежитейскими навыками, на деле всегда и было военноприкладными на выками. Это станет понятным, если вспомнить, что гимнастика всегда и везде строилась на подготовку к войне. Переяняв по наследству старые приемы гимнастического обучения, мы, естественно, переняли и старые навыки; вооружившись благими предпосылками, мы назвали их общежитейскими, когда по существу они были и остались типично военноприкладными.

Ведь должно же прямо бросаться в глаза, что никакого житейского применения наши навыки не имеют. Ходить мы все умеем и без гимнастики; правда, часто мы ходим нелепо, но научила ли кого-нибудь гимнастика ходить правильно и экономично? Существуют, конечно, специальные упражнения в ходьбе, но кто применяет их в уроке физического воспитания? Впрочем, применяется, и даже часто, одно очень ценное упражнение в ходьбе—ходьба по уменьшенной площади опоры, но и оно стыдливо называется у нас не упражнением в ходьбе, а упражнением в равновесии.

Нужно ли человеку в жизни умение бегать, прыгать, метать (хотя бы мячи или диск), сопротивляться? Конечно нужно, но не настолько, чтобы учиться этому в продолжение многих лет. Быть может, в какой-нибудь профессии и оказывается нужным навык прыжка, но опять-таки стоит ли давать это упражнение, так сказать, универсально, если оно в конце концов понадобится одному из тысячи? Чаще будет

нужно умение подымать грузы. Но, положив руку на сердце, сознаемся: кого гимнастика научила подымать грузы?

Интересно, между прочим отметить, что первый, кто подумал о практическом умении ходить и поднимать и о том, что этому должна учить гимнастика, был Демени, тот самый Демени, которого у нас до сих пор еще недостаточно оценили как замечательного новатора в области физического воспитания. Ему, очевидно, бросалось в глаза, что гимнастика слишком военизирована в ущерб жизни с ее практическими требованиями. Поэтому он искал выхода и нашел логичный и характерный выход: пусть гимнастика готовит не к войне, а к спорту. Для Демени спорт был более естественной, более понятной, более жизненной целью, нежели война. Не мог же Демени, работавший в условиях ультрабуржуазной Франции, сказать, что гимнастика должна готовить не к спорту, не к войне тем более, а к труду.

Но если Демени не мог сказать этого, мы-то это должны сказать. Мы иногда и говорим о подготовке к труду, но продолжаем ограничивать наши заботы о молодежи подготовкой к обороне либо же просто делаем, не раздумывая, то, что до нас делали другие. Между тем никак нельзя подменять трудовые навыки теми военными навыками, которые мы проводим в виде метания, лазания и т. д.

Наше сознательное или несознательное пристрастие к военноприкладным навыкам можно объяснить не только привычкой и рутиной. Эти навыки еще и чрезвычайно удобны в обращении: их чрезвычайно легко учесть. Военное ведомство может совершенно отчетливо предъявить к физкультуре совершенно определенные требования и может без всякого труда найти соответствующие средства. Профессиональные нужды бойца легко учесть и перечислить, а раз это легко, будет вовсе нетрудно и обучить человека точно установленным движениям.

Иное дело—трудовые навыки. Их слишком много, и они слишком неопределены. Мы знаем несколько тысяч профессий. Каждая профессия требует своих навыков. Навык, необходимый для одной профессии, совершенно не нужен для другой. Затем: военноприкладным навыкам можно легко обучиться без орудий производства, без винтовки, даже без гранаты; гражданский труд менее легко мыслится без своего орудия производства.

Было бы возможно подсказать простой выход: превратить гимнастический зал в фабрику, совершенно так же, как сейчас втузы превращаются в заводы. Но это легко сделать с втузами, где каждый студент знает, что он дальше будет делать, и где он именно тому и учится, чем он будет зани-

ваться. Так же легко обучаться и военноприкладным навыкам, потому что всякий юноша знает, что ему предстоит военное обучение, и знает, что не пропадет зря то время, что он потратил в гимнастическом зале на военноприкладные навыки.

Но тот, кто проходит уроки физического воспитания в школе, в большинстве случаев не знает, каким трудом он впоследствии будет заниматься. Даже при нынешней политехнизации школы ему пришлось бы, рассчитывая на будущие возможности, пройти немыслимо широкую программу для приобретения трудовых навыков того же качества, как наши военноприкладные. Мало того: воинская профессия уже настолько определилась, настолько совершенна, что трудно предполагать, чтобы от бойцов 1940 года потребовались какие-то физические качества, сильно отличающиеся от качества современного бойца. Машинизация армии внесла существенные изменения в технику и практику войны, но человеческий материал остался тем же, и от него потребуются в будущем усилия того же характера, как и сейчас, но, вероятно, более высокого качества; новые способы войны вызовут, конечно, некоторую детализацию и в узко физической деятельности человека, но средства физического воспитания бойца не выйдут далеко за пределы современного комплекса упражнений.

В трудовых же процессах мы стоим перед полной неизвестностью. Еще десять лет назад способы и приемы труда были иные, нежели сейчас, и мы совершенно не в состоянии предугадать, как и с помощью чего придется работать нашим ближайшим преемникам.

Из всего этого вытекает, что методика усвоения, с одной стороны, военноприкладных навыков, с другой стороны — общежитейских навыков в полном смысле слова, т. е. трудовых, должна быть различной. Если в серии прикладных навыков мы можем изучать синтетические умения, т. е. практические действия, как прыжок в высоту, метание гранаты или даже диска, в серии трудовых навыков мы должны будем изучать только элементарные, дробные навыки, которые не дадут нам готовых, законченных деятельности (движений), а дадут лишь умение в нужный момент быстро и экономно подобрать из имеющегося у нас запаса разученных элементов те, которые могут воссоздать наиболее подходящее для данного случая действие. Мы должны, таким образом, иметь достаточный запас элементов и должны уметь владеть ими и распоряжаться ими.

Дает ли нам это умение современная гимнастика? Придется откровенно сознаться, что она не дает. И не дает просто

потому, что мы себе эти задачи вовсе и не ставим. Конечно, занимающийся гимнастикой легче приспосабляется к каждой работе, чем человек, не вкусивший гимнастических упражнений, но это случайный эффект, достигаемый не только гимнастикой, но и спортом; а всем известно, что спорт такими задачами, как трудовые навыки, никогда не задавался.

В современной гимнастике и в спорте — это случайный, побочный эффект; нам же нужен не случай, а совершенно определенный, рассчитанный результат наших работ как ответ на конкретно поставленную задачу.

Придется ли для этого создавать новую серию в нашем нормальном уроке? Думается, что для этой задачи следовало бы использовать нашу современную вторую серию, которая сейчас — об этом будет речь — никакого смысла не имеет.

Утрата второй серии в ее современном виде никому, повторяем, ущерба не принесет. В настоящее время эта серия — ублюдок, без задачи и смысла. Прежде всего уже само принятое для этой серии название — «подготовительная». К чему же упражнения этой серии подготавливают? Большинство преподавателей, не могущих расстаться с предрассудками, скажет: «Вторая серия подготавливает к дальнейшему уроку». Значит, мы снова возвращаемся к «нагрузке», как единственному критерию правильности урока, к шведской кривой, которую мы как будто начинаем признавать устарелой. Мало того: учитывая большую нагрузку третьей серии и меньшую — второй, мы совершенно уничтожаем значение второй серии и сохраняем ее как какой-то комплекс служебных движений без всякой конкретной задачи; в таком случае подтверждается мое мнение о бесцельности современной второй серии. Мы низводим вторую серию к роли рукомахания, мы, значит, повторяем и продолжаем повторять самую опасную из наших ошибок — беспочвенность и бесцельность упражнений: упражнение ради упражнения, а не упражнение потому, что оно нужно.

С такой же беспочвенностью пришлось встретиться и при обсуждении школьной программы в Москве весною прошлого года. Задача второй серии была здесь обозначена как «зарядка». Ох, уж эта зарядка! Сколько тяжких грехов она собою прикрывает! У нас за последнее время привыкли называть этим красивым и модным словом все то, что было бы неприлично назвать другим словом, соответствующим действительности. Так и здесь. Само собою понятно, что по существу никакой зарядки посреди урока гимнастики быть не может; самый урок, если уж на то пошло, мог бы быть зарядкой в том смысле, как это слово сейчас (неправильно, впрочем) понимается; называть же зарядкой какую-то одну часть

урока—это значит только всего дать благородное название все тому же беспочвенному и бесцельному рукомаханию.

Ленинградский облОНО в поисках новой схемы для своих школ по-своему разрешил эту задачу: по его новой схеме подготовительные упражнения (они, впрочем, называются «образовательными») должны вырабатывать координацию, необходимую для производства более сложных, жизненно-необходимых движений. Другими словами, вторая серия служит подготовкой, школой для третьей серии, для навыков. Из этого придется заключить, что в третьей серии будут проходить только производные вчерне разученных движений, что третья серия будет включать в себя в полном смысле слова прикладные упражнения, а вторая серия — только образовательные к прикладным. Думается, что это нерационально; задача приобретения и закрепления навыков достигается не только самым исполнением каких-то синтетических движений, но и разучиванием их. Таким образом, вторая и третья серии Ленинградского облОНО будут служить одной и той же задаче, пользуясь лишь иными средствами, средствами различной интенсивности. Это породит ряд недоразумений. Куда, например, войдут игры с метанием? Будет ли такая игра считаться «совершенствованием и тренировкой» (характерный признак третьей серии по облОНО) или же упражнением для выработки координации, нужной для прикладного метания? Правильнее было бы последнее, и тогда все игры должны будут проводиться во второй серии, третья же серия в младших группах школы совершенно не должна будет применяться.

И все-таки тогда в уроке облОНО совершенно не будет представлена задача приобретения действительно жизненных, трудовых навыков.

Ленинградская секция общей физподготовки дельнее всех подошла к вопросу о содержании второй серии: она считает, что задача второй серии заключается в общей проработке первично-мышечного аппарата. Перечень материала для этой серии расшифровывает недосказанное—сюда входят: 1) упражнения для общего развития мышечной системы, 2) специальные упражнения для мышц туловища (корректирующие) и 3) упражнения, способствующие приобретению умения наиболее экономно пользоваться мышечной силой и увеличивающие подвижность в суставах.

Для того, чтобы поступить совершенно целесообразно, нужно было бы вычеркнуть из второй серии первые два типа упражнений и оставить только третий. Для общего развития служат ведь все упражнения урока; включение таких упражнений только во вторую серию опять является попыткой

сунуть куда-то упражнения, так сказать, второго сорта — попроще, послабее. Это опять-таки уступка тем преподавателям, которые видят в рукомахании удобный повод давать те упражнения, над смыслом которых им лень подумать. В рациональном уроке не должно быть никаких второсортных упражнений; каждое упражнение должно иметь определенную задачу и из этой задачи вытекать. Не упражнение должно быть попроще во второй серии, а задача.

Корректирующие упражнение вносят во вторую серию совершенный разнобой и должны были бы составлять специальную серию.

А вот упражнения, научающие экономно пользоваться мышечной силой,—вот это то, чего мы должны специально добиваться, раз мы хотим построить гимнастику не на военных требованиях, а на требованиях трудовых. Мы только будем тогда принуждены несколько расширить эту задачу и отбросить «подготовительность» серии, придав ей совершенную самостоятельность и самостоятельную значимость.

Установив нашей задачей трудовые навыки, необходимые в жизни вообще, в труде преимущественно, мы сможем построить вторую серию чрезвычайно последовательно. Прежде всего мы включим в нее те движения, которые дают нам понимание нашего собственного тела и тех движений, которые мы им производим; это будут преимущественно упражнения, развивающие мышечное и суставное чувство и упражнения, поясняющие значение центра тяжести и умение пользоваться его перемещением. Затем мы включаем сюда упражнения, дающие нам силу, ловкость и гибкость, т. е.: а) упражнения силовые, с значительным напряжением мышц, б) упражнения в расслаблении, в) упражнения маховые и растягивающие мышцы. Третий отдел упражнений будет иметь задачей умение использовать приобретенные телесные качества (т. е. силу, ловкость и гибкость). И тогда вполне целесообразен и уместен будет отдел корректирующих упражнений, предупреждающих возможные последствия однобокого труда.

Расширяя задачи серии, мы должны будем, конечно, расширить и ее средства. Мы обратим наше главное внимание на комбинированные и асимметрические упражнения, но будем выполнять их не как цепь разнообразных упражнений, а как единый комплекс. Мало того: мы будем учиться не только делать какие-то разнообразные и сложные движения, но будем учиться делать эти движения при всевозможных условиях. Силового типа упражнение будет ценным с точки зрения подготовки к труду не тогда, когда человек будет уметь делать его в каком-то определенном, удобном, изученном положении.

жении, а когда он сможет повторить его при всяких обстоятельствах, из всякого положения; только тогда упражнение сможет стать прикладным движением; только тогда человек будет действительно располагать этим движением и уметь применять его, владеть им.

Тогда, между прочим, получат большое значение и упражнения в равновесии, по существу мало ценные в том виде, в котором они проводятся в наших обычных уроках, особенно, если они еще проводятся в шведских, условных тонах. Упражнения в равновесии будут не самоцелью, как сейчас, а привходящим условием к другим упражнениям, условием, усложняющим возможность применения изученного умения. Таким же привходящим, усложняющим элементом будет всякого рода продвижение, и мы должны будем учить наших учеников делать движение не только в статических формах, но и с продвижением, на ходу, на бегу и на лету (прыжке). Мы опять придем к тому, что теоретически предвидел Демени и что мы должны будем претворить в жизнь.

Естественно, что при таком распределении задач вторая серия получит преобладающее значение. И по своей задаче, и по богатству материала она, вероятно, займет центральное место в уроке физического воспитания.

Это отнюдь не значит, что третья серия потеряет интерес и смысл. Прежде всего мы не имеем права отказаться от военноприкладных навыков, потому что мы не можем пренебрегать задачей подготовки бойца. Но даже если откинуть эту необходимую задачу, мы будем неправы, если откажемся от прикладного применения тех телесных качеств, которые мы выработаем во второй серии. Комбинированные упражнения этой серии дадут превосходный воспитательный, даже, если хотите, образовательный материал, но будет в высшей степени необходимо дать ученикам возможность использовать полученные знания на конкретных примерах. Такими конкретными примерами и будут те практические навыки, которые составляют задачу третьей серии.

Вот ближайшие перспективы нашей работы, вот вехи, по которым должно быть направлено современное физическое воспитание для того, чтобы оно было созвучно нашему времени и нашим условиям.

А как всякое другое дело, особенно же как всякий педагогический процесс, физическое воспитание может иметь смысл только тогда, когда оно будет базироваться на конкретной действительности, когда оно будет подчиняться естественно-закономерной причинности, когда физическое воспитание станет процессом производственным.

Д-ра И. З. Бернштейн, Я. З. Бернштейн и А. Я. Шульгин.
**К ВОПРОСУ О ВЫДЕЛЕНИИ УРОБИЛИНА В МОЧЕ ПОД
 ВЛИЯНИЕМ МЫШЕЧНОЙ РАБОТЫ.**

(Из фак. терап. клиники СКГУ. Директ.-проф. Кастанаян).

Всякая работа, связанная с усиленным напряжением мышц, вызывает целый ряд биохимических процессов в животном организме. Эти процессы выражаются в изменениях со стороны сердечнососудистой системы, дыхательного аппарата, нервной системы и т. д., а со стороны обмена в изменении химизма секретов и экскретов. Одним из важных показателей изменения обмена веществ под влиянием усиленной мышечной работы является моча, которая весьма тонко реагирует на все внешние и внутренние воздействия на организм. В виду того, что многими исследованиями установлено влияние усиленной мышечной работы на функции клеток целого ряда органов, в частности печеночной клетки, мы задались целью изучить влияние одного из видов физической культуры (тяжелой атлетики) на выделение уробилина в моче как индикатора нарушений функции печеночной клетки.

В моче здорового человека уробилин находится в таком незначительном количестве, что обычными лабораторными методами исследования его почти не удается обнаружить.

Лишь при патологических состояниях организма, как напр. при инфекционных болезнях, при болезнях сердца с расстройством кровообращения, болезнях печени, болезнях крови, сопровождающихся распадом эритроцитов и т. п., уробилин обнаруживается в моче в той или иной степени.

Уробилин образуется из гемоглобина крови таким образом, что последний переходит в тематин, затем в билирубин, который востанавливаясь переходит в гидробилирубин, близкий к уробилину. В вопросе о месте образования уробилина в организме имеется целый ряд теорий, а именно: энтерогенная, гепатогенная, гематогенная, гистиогенная, нефрогенная и др. теории.

В настоящее время господствует энтерогенная теория Мюллера. Согласно этой теории, уробилин образуется в кишечнике из билирубина желчи, резорбируется из кишечника и по системе воротной вены снова уносится в печень. Небольшая часть его попадает через геморроидальные вены непосредственно в общий круг кровообращения. В здоровой печени поступивший в нее уробилин частью захватывается печеночными клетками и служит для образования вновь билирубина, частью же разрушается или в неизмененном виде снова выделяется в кишечник. Некоторая же часть уробилина в очень

небольшом количестве и в норме, пройдя печень, поступает в общий круг кровообращения.

По этой теории количество уробилина в моче может увеличиваться только вследствие недостаточности печени—абсолютной (при нарушении функции печеночных клеток, когда они не задерживают нормальных количеств уробилина и пропускают последний в кровь) и относительной недостаточности (когда печень не может задерживать увеличения количества уробилина, образовавшегося вследствие усиленного распада эритроцитов).

По исследованиям некоторых авторов (Ненюков, Пинкус), количество уробилина в моче увеличивается под влиянием физической работы, что объясняется авторами различно с указанных выше точек зрения.

Желая изучить колебания количеств уробилина в моче при занятиях тяжелой атлетикой, мы предприняли исследование мочи на краевых (март 1929 г.) и всесоюзных (апрель 1929 г.) соревнованиях о-ва «Динамо» по тяжелой атлетике: всего было проделано 227 анализов мочи над 103 участниками. Уробилин определялся по Шлезингеру с помощью спектроскопа (по Игнатовскому). Этот метод более чувствителен и точен, нежели методы, основанные на флюoresценции. Все участники были подвергнуты медицинскому освидетельствованию и никаких органических заболеваний у них обнаружено не было. Возраст большинства участников был 20—25 лет. По роду спортивных занятий было борцов 52, гиревиков 31, боксеров—20. В отношении питания почти все участники находились в одинаковых условиях.

Первые 103 анализа были сделаны у всех 103 участников частью накануне и частью за два дня до краевых и всесоюзных соревнований.

Результаты исследования выражены в таблице:

Таблица 1.

Содержание уробилина	Количество участников	% к общему числу участников	Общий % отклонений от нормы
Отсутствие уробилина	100	97,2	—
Следы уробилина . .	2	1,9	2,8%
1 степ. уробилина . .	1	0,9	

Из 193 участников, моча которых была обследована перед соревнованиями на содержание уробилина, в дальнейшем обследовались повторно 97 чел. (51 борец, 19 боксеров и 27 гиревиков), у которых было сделано во время соревнований 124 анализа после отдельных выступлений в различные дни. У всех участников бралась первая моча после выступления. При этом большинство борцов и боксеров выделяло в первые минуты скучные количества мочи, и приходилось выжидать известное время, пока мочи получалось достаточно для исследования количества. Это явление объясняется усиленным потоотделением связанным с большим физическим напряжением во время выступлений.

Если накануне соревнований наличие уробилина в моче было обнаружено только у 3% участников, то уже после первых схваток количество спортсменов, у которых содержание уробилина в моче оказалось увеличенным, начало возрастать.

В первый день соревнований было обследовано 37 участников. У них у всех перед соревнованиями уробилин в моче не был обнаружен. В этот же день при обследовании после соревнований у 7 участников (4 борца, 2 боксера и 1 гиревик) были найдены следы уробилина и у 1 гиревика обнаружен уробилин в 1 степени, как это видно из таблицы:

Таблица 2

Содержание уробилина	Количество участников	% к общему числу участников	Общий % отклонений от нормы
Отсутствие уробилина	29	76,4	—
Следы уробилина . .	7	18,9	21,16
1 степ. уробилина . .	1	2,7	

Во второй день нами было обследовано 44 участника, у которых было сделано 49 анализов мочи, при чем у 5 из них моча бралась дважды, после каждого из двух выступлений. При этом оказалось, как видно из таблицы 3, что следы уробилина были обнаружены у 12 человек, а уробилин в 1 степени у 4 участников (см. табл. 3).

Таким образом второй день соревнований дал увеличение количества случаев с повышением уробилина в моче

(36,3 %) по сравнению с данными анализа мочи до соревнований (2,8 %) и данными первого дня соревнований (21,6 %).

Все участники, у которых было обнаружено повышение уробилина в моче после соревнований второго дня, на предварительном обследовании не имели уробилина. Некоторые из них обследовались после выступлений и в первый день соревнований, и у них уробилина не было обнаружено.

Таблица 3

Содержание уробилина	Количество участников	% к общему числу участников	Общий % отклонений от нормы
Отсутствие уробилина	28	63,7	—
Следы уробилина . .	12	27,3	
1 степ. уробилина . .	4	9,0	36,3 %

Троє из участников, давших во второй день следы уробилина (2 борца и 1 гиревик) обследовались дважды, после каждого из двух выступлений; при этом оказалось, что после первого выступления уробилина в моче не было, но после второго выступления появились его следы.

В этот же день и первая степень уробилина была найдена у большего количества участников (3 борца и 1 боксер), чем в первый день (1 гиревик), или у 9 % из 44 участников второго дня против 2,7 % из 37 обследований первого дня.

У двух (из 4) участников (борцы), у которых была найдена 1 степень уробилина, при двухкратном обследовании повышение уробилина было обнаружено только после второго выступления, а после первого уробилина не было.

По видам тяжелой атлетики уробилин был найден—следы уробилина (12) у 6 борцов, 4 боксеров и 2 гиревиков, а 1 степень уробилина (4) у 3 борцов и 1 боксера. Следовательно, как и в первой день, уробилинурия превалировала у борцов.

В третий день соревнований было обследовано 37 участников, у которых было сделано 37 анализов мочи. Следы уробилина были найдены у 13 участников, а первая степень уробилина у 6, как это видно из следующей таблицы:

Таблица 4

Содержание уробилина	Количество участников	% к общему числу участников	Общий % отклонений от нормы
Отсутствие уробилина	18	48,7	—
Следы уробилина . .	13	35,1	
1 степ. уробилина . .	6	16,2	51,3%

Таким образом третий день соревнований показал дальнейшее нарастание (в абсолютных величинах и в процентах) количества случаев с повышением уробилина по сравнению с предыдущими днями.

Из всех 13 участников, у которых были найдены следы уробилина, 5 человек обследовались и в предыдущие дни, при чем один из них в первый и второй дни имел нормальное содержание уробилина, а четыре других имели следы уробилина в моче уже во второй день. Из шести человек, у которых был найден уробилин в 1 степени, только у одного уже на второй день оказались следы уробилина, остальные же пять в первые дни не показали в моче уробилина.

По видам тяжелой атлетики следы уробилина были найдены у 11 борцов, 1 боксера, и 1 гиревика, а 1 степень уробилина только у борцов.

Динамику уробилинурии по дням соревнований можно в целом представить в следующем виде:

Таблица 5

ДАТЫ	Колич. и % уч.	Количество участников	% к общему кол. участн. в дан. день	1 день соревн.	2 день соревн.	3 день соревн.
				Количество участников	% к общему кол. участн. в дан. день	Количество участников
Содержание уробил.						
Отсутствие уробил.	100	97,2	29	78,4	28	63,7
Следы уробилина .	2	1,9	7	18,9	12	27,3
1 степ. уробилина .	1	0,9	1	2,7	4	9,0
ИТОГО	103	100,0	37	100,0	44	100,0

Соотношение между отсутствием и увеличенным содержанием уробилина в моче (97 % и 3%), найденное нами у участников накануне соревнований, не представляет собою каких-либо особенностей и может считаться нормальной картиной содержания уробилина вообще у здоровых людей. Указанные 3% отклонений могли получиться и за счет каких-либо заболеваний, нами не обнаруженных.

Повышение содержания уробилина в моче ряда участников в первый же день соревнований и неуклонное нарастание случаев повышения по дням соревнований следует несомненно об'яснить влиянием той физической нагрузки, которую несли участники на соревнованиях. Это положение подтверждается и теми фактами, что некоторые участники дали уклонение от нормы лишь при повторных выступлениях в один и тот же день, другие—лишь на третий или второй день соревнований, имея в предыдущие дни норму, а также тем, что некоторые участники, получив увеличение уробилина в один из первых дней соревнований, удержали его и в следующие дни. Эти факты свидетельствуют о развитии и накоплении вредных моментов в организме участников, начиная с первого дня соревнований.

Рассматривая выделение уробилина по различным видам тяжелой атлетики, нами было принято во внимание, что количество участников отдельных видов колебалось по дням и не было равно между собою ни в каждый данный день, ни в различные дни. Поэтому мы исчисляли пропорции на каждый

Таблица 6

ДАТЫ Виды тяжелой атлетики	1 день						2 день						3 день					
	Обследов. участн.		Следы уро- билина		1 степ. уро- билина		Обследов. участн.		Следы уро- билина		1 степ. уро- билина		Обследов. участн.		Следы уро- билина		1 степ. уро- билина	
	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %	Кол.	% %
Борьба .	17	4	24	—	—	—	20	6	30	3	15	26	11	40	6	22		
Бокс .	7	2	28	—	—	—	16	4	25	1	6	4	1	25	—	—		
Поднятие тяжестей	13	1	8	1	8	8	2	25	—	—	7	1	14	—	—	1	—	—
Итого .	37	7	—	1	—	44	12	—	4	—	37	13	—	6	—			

день по отдельным видам тяжелой атлетики по отношению к соответственному числу участников борьбы, бокса и поднятия тяжестей, вообще обследованных в каждый данный день, как это видно из таблицы 6.

Как показывает таблица, борцы дают нарастающий изо дня в день процент случаев (из среды борцов же) с выделением следов и 1 ступени уробилина. У боксеров в первый же день установился довольно высокий процент участников с усилением уробилинурии, в последующие же дни этот процент остался на той же высоте, несмотря на колебания количества обследованных боксеров по дням. У поднимавших тяжесть установились довольно неопределенные отношения, но все же после увеличения случаев повышенной уробилинурии в первый день по сравнению с данными до соревнований наметился рост таких случаев и в последующие дни.

Сопоставляя данные всех трех видов тяжелой атлетики, мы видим, что при занятии ими обнаруживается в ряде случаев повышенное выделение уробилина в моче. Однако, эта особенность проявляется в разных видах, т. е. не в одинаковой мере. У борцов она выявила с полной определенностью настолько, что борцы со второго дня соревнований и особенно в последний день уже значительно преобладали над участниками других видов тяжелой атлетики.

Для объяснения этого явления необходимо учесть роль правил, принятых в соревнованиях по тяжелой атлетике. Схватка по борьбе может продолжаться до 20 минут без перерыва, и на данных соревнованиях большая часть схваток столько именно времени и длилась. Схватка боксеров на протяжении не более 11 минут имеет два перерыва по 1 минуте для отдыха. Наконец, при поднятии тяжестей одно или несколько кратковременных усилий отделяются от других значительными промежутками времени отдыха. При такой сравнительной оценке работы ясно, что наибольшую работу производят борцы. Следовательно, на борцах и должно сказываться в наибольшей мере влияние усиленной мышечной нагрузки, что мы и наблюдали в отношении выделения уробилина. Наши данные дают указания и на степень вредностей, могущих возникать в процессе соревнований по тяжелой атлетике, ограниченных известными правилами. Соревнования проходили в обстановке весьма напряженной борьбы за всесоюзное первенство. Имел место максимум физических напряжений, а вместе с ними и максимум обусловленных ими вредностей, возможных в этих видах тяжелой атлетики. Поскольку эти вредности выразились в уробилинурии, мы получили за три дня 27 участников, давших мочу со следами уробилина,

и 10 участников с 1 степенью уробилина, а всего 37 человек—38% всех обследованных. Более значительной уробилинурии мы не обнаружили ни у одного участника.

В отношении стойкости наступившей уробилинурии следует отметить, что обследованные нами лица, несмотря на то, что они занимались тяжелой атлетикой регулярно не меньше года, а многие и по нескольку лет, и что к данным соревнованиям они усиленно тренировались, тем не менее накануне соревнований проявили нормальное содержание уробилина в моче.

Оба эти факта— невысокие степени уробилинурии и нестойкость ее— позволяют считать ее проявлением неглубокой, недалеко зашедшей патологии, т. е. состоянием, относящимся к категории пограничных между физиологической нормой и ее нарушением.

Наступает ли большая уробилинурия у лиц, мало тренированных, либо при занятиях более тяжелым физическим трудом,— должно служить предметом особого изучения.

С каким видом недостаточности печени— абсолютной (повреждение печеночной клетки продуктами утомления) или относительной (усиленный распад эритроцитов)— мы сталкиваемся, наша работа не дает возможности решить.

Необходимо отметить и тот факт, что не все участники одинаково реагировали на вредности тяжелой атлетики: 62% не дали уробилинурии, несмотря на то, что они выполняли такую же работу. Повидимому для каждого человека существует свой предел выносливости в отношении физической нагрузки. Только по превышении этого предела наступает ненормальная реакция организма в виде, в данном случае, уробилинурии. Такое предположение подтверждается фактами позднего проявления уробилинурии (на второй и третий день соревнования или после повторных схваток в один день) и нарастанием количества случаев уробилинурии по дням, а также и тем, что последняя чаще наблюдалась у лиц, выполнивших более тяжелую работу, т.е. у борцов.

Поскольку наступление уробилинурии знаменует собою превышение границ физической выносливости отдельных лиц, можно считать исследование мочи на уробилин из методов определения выносливости человека в отношении занятий тяжелой атлетикой, а по другим авторам (Ненюков, Пинкус, Гориневская) и другими видами спорта и гимнастики, при обязательном сопоставлении с данными других методов клинических наблюдений.

Выводы: 1. Уробилинурия при занятиях тяжелой атлетикой возникает вследствие усиленных мышечных напряжений организма.

2. Уробилинурия, появляющаяся у тяжелоатлетов на соревнованиях, является нестойкой и достигает невысоких степеней.

3. Из всех видов тяжелой атлетики уробилин в моче обнаруживается чаще у борцов и в меньшей мере у боксеров и поднимающих тяжесть, что свидетельствует о большей физической нагрузке в борьбе, чем в других видах тяжелой атлетики.

4. Исследование выделения уробилина в моче может служить одним из методов определения выносливости организма при выполнении мышечной работы и ввиду простоты методики может рекомендоваться для этих целей.

Литература:

1. F. Fischler.—Physiologie u. Pathologie d. Leber, 1925. 2. Пинкус.—Сов. мед. на С. К., № 4. 1927. 3. Кукла.—Там же, № 5. 1926. 4. Черняк.—Вестн. соврем. мед., № 9. 1928. 5. Гаусман.—Врачебн. дело, № 10—11. 1926. 6. Неплюков.—Теор. и практ. физкульт. 1928. 7. Ициксон.—Клиническая мед., № 14. 8. Игнатовский.—Врач. газ. № 9—10. 1911.

**Каждый инструктор физкультуры,
каждый физкультурник-активист
должны читать свой журнал
„ФИЗКУЛЬТАКТИВИСТ“**

Цена отдельного номера 20 коп.

**Условия подписки: на 1 год—
2 руб; на 6 мес.—1 руб.; на
3 мес.—50 коп.**

Б. Кононов

Опыт работы по физкультуре на производстве

(Окончание, начало см. № 1)

9 неделя

1. 8 упр. 8 недели.
2. В. п.: руки на бедра, ноги врозь. Дв.: уклон вправо, руки в стороны, спрямление, руки на бедра.
3. В. п.: ноги врозь, руки на грудь. Дв.: выбрасывание рук вперед в стороны, сжимая в кулак.
4. В. п.: руки на бедра, основная стойка. Дв.: наклон корпуса вперед с выставлением ноги вперед, достать руками ноги, спрямление, заклон назад, нога остается впереди.
5. В. п.: руки на бедра основная стойка. Дв.: полуприсед.—прыжком-стой растяжный, прыжком стой снятый.
6. 6 упр. 8 недели, руки к плечам.
7. В. п.: руки на бедра. Дв.: поскоки с разведением ног.
8. В. п.: основная стойка. Дв.: руки в стороны—вдох, скрестив на груди—выдох.

10 неделя

1. 8 упр. 9 неделя, но последние три движения стоя с задержкой—вдох задержать на 1 счет—выдох.
2. В. п.: руки на затылок. Дв.: уклон в стороны и обратно.
3. 3 упр. 9 недели, добавляя движение кверху.
4. 4 упр. 9 недели руки к ногам.
5. 5 упр. 9 недели при приседе руки в стороны, при прыжке руки на бедра.
6. 6 упр. 9 недели, руки на грудь.
7. 7 упр. 9 недели с разведением ног и рук в стороны.
8. 8 упр. 9 недели, но с наклонением корпуса вперед—полунаклон.

11 неделя

1. 8 упр. 10 недели. 4 движения с задержкой дыхания. Основная стойка. Вдох—задерж. на 1 счет—выдох.
2. В. п.: руки к плечам, ноги врозь. Дв.: уклон вправо, руки кверху спрямление.
3. В. п.: из основной стойки согнуть руки к плечам. Дв.: выбросить кверху, сделать в кулак, вернуться в выходное положение.
4. В. п.: опускать руки перед собой встать, расставив ноги, одну вперед, другую назад. Качание корпуса вперед назад, руки на бедра.
5. 5 упр. 10 недели, но руки кверху.
6. 6 упр. 10 недели, руки на затылок.
7. Бег на месте с поскакиванием с одной ноги на другую с междускоками.
8. 8 упр. 10 недели, но с полным наклоном вперед.

12 неделя

1. Дыхание с задержкой. Дв.: руки в стороны—вдох, задерж. на 2 счета—выдох опустить руки вниз.
2. В. п.: руки в стороны, ноги врозь. Дв.: уклон с поворотом достать правой рукой пальцев левой ноги—спрямление.

3. В. п.: основная стойка руки на затылок. Выбросить руки в стороны, сжать в кулак и вернуться в выходное положение, так же выбросить руки вперед и кверху.

4. 4 упр. 11 недели с движением рук в стороны при предклоне и заклоне.

5. Из основной стойки прыжок кверху.

6. В. п.: руки на бедра, нога на носке вперед. Прогнуться в грудной части, носок ноги отделяется от земли.

7. Бег на месте.

8. Руки в стороны—вдох, присед—выдох.

После этого урока наступил перерыв на апрель—май из-за погоды и ухода фабрики в отпуск.

13—14 неделя

Повторение пройденных упражнений.

15 неделя

1. Руки в стороны—вдох—задерж. На 2 счета—руки вниз—выдох.

2. В. п.: ноги врозь—руки в стороны. Дв.: поворот вправо.

3. В. п. основная стойка. Дв.: руки отвести в сторону, затем согнуть к плечам, выбросить вверх и опустить через стороны вниз.

4. В. п.: поставить правую ногу на полшага вперед перед собой, на всю ступню, руки вытянуть вверх. Дв.: наклониться книзу вперед.

5. В. п.: из основной стойки. Дв.: прыжок вперед.

6. В. п.: скрочить ногу впереди—руки на бедра. Дв.: отклон корпуса назад, руки разводить в стороны—вдох и обратно в выходное положение—выдох.

7. Бег на месте.

8. Упр. 1, но с наклоном корпуса вперед.

16 неделя

1. 8 упр. 15 недели.

2. 2 упр. 15 недели, достать при уклоне носка ноги пальцами рук (левой рукой—правого носка ноги).

3. В. п.: основная стойка. Дв.: руки в стороны, сжать пальцы в кулаки, опустить в исходное положение, разжать, затем также выбросить руки вверху.

4. 4 упр. 15 недели, но при предклоне достать руками ноги.

5. 5 упр. 15 недели, добавляя после прыжка вперед, прыжок назад.

6. 6 упр. 15 недели руки на грудь.

7. Бег по кругу.

8. Упр. 1, но с приседанием.

17 неделя

1. В. п.: руки на затылок. Развести руки—вдох, соединить локти—выдох.

2. 2 упр. 16 недели.

3. Основная стойка. Дв.: руки вперед, сжать в кулаки, руки в стороны, разжать и опустить в исходное положение.

4. В. п.: основная стойка руки на бедра. Дв.: вращение туловища—вперед—в сторону, назад—в сторону—вперед.

5. 5 упр. 16 недели.

6. В. п.: выставить правую ногу вперед на носок, развести руки в стороны, руки на грудь, прогнуться. Дв.: рывком отвести руки назад и обратно в основную стойку.

7. 7 упр. 16 недели.

8. упр. 1, но с наклоном корпуса вперед.

18 неделя

1. 8 упр. 17 недели.
2. В. п.: отставить правую ногу в сторону на носок, руки на бедра. Дв.: уклон вправо, руки в сторону. Спрямление, руки на бедра и также в другую сторону.
3. В. п.: основная стойка—руки на бедра. Дв.: руки в сторону, сжать в кулак, опуская руки вниз, вперед, кверху, назад (делая круг). Опустить в исходное положение.
4. 4 упр. 17 недели, но руки над головой вытянуты и сцеплены.
5. В. п.: основная стойка—руки на бедра. Дв.: нога правая сгибается в бедре и колене, отводится в сторону. Затем сгибается носок и нога выбрасывается в сторону приставлением на место. (Движ. а-ля-брасс).
6. 6 упр. 17 недели, но в выпаде.
7. 7 упр. 17 недели.
8. Упр. 1 с приседанием.

19 неделя

1. Из основной стойки. Отставляя ногу в сторону, поднимая руки в стороны и кверху—вдох. Задержать на 2 счета выдох в основ. стойку.
2. 2 упр. 18 недели, руки к плечам.
3. В. п.: основная стойка. Дв.: вращение кругами плеч, вперед, кверху, назад и в основную стойку.
4. 4 упр. 18 недели.
5. 5 упр. 18 недели, но с двумя ногами.
6. 6 упр. 18 недели.
7. 7 упр. 18 недели.
8. Дыхательные упражнения движениями рук стиля а-ля-брасс.

20 неделя

1. Основная стойка, на 3 счета вдох—2 задерж., 3 счета—выдох.
2. В. п.: 2 упр. 19 недели, но уклон в противоположную сторону выставленной ноги.
3. В. п.: руки в сторону. Дв.: круговые движения рук, делая вначале маленькие круги, затем увеличивая их и заканчивая опять маленькими.
4. В. п.: ноги врозь, наклонить корпус вперед, руки на бедра. Дв.: выбрасывание рук в сторону и обратно на бедра.
5. 5 упр. 19 недели, соединить с руками.
6. Встать парами спиной друг к другу, вытянув руки в стороны, сцепиться руками. Дв.: одновременно делать шаг вперед.
7. 7 упр. 19 недели.
8. 1 упр. по 5 упражнений без задержки и 5 упражнений с задержкой.

21 неделя

1. В. п.: основная стойка. Дв.: на 2 счета—вдох, 2 задержать—на 3 выдох.
2. В. п.: отставить правую ногу в сторону на носок, руки в стороны. Дв.: уклон вправо и влево.
3. В. п.: руки на грудь. Дв.: выбрасывание рук вперед в стороны, сжимая в кулак.
4. 4 упр. 20 недели, изменения выходное положение рук на затылок.
5. В. п.: руки на бедра. Дв.: подняться на носки, выпад правой ногой вперед в стороны обратно в основную стойку, тоже другой ногой.
6. В. п.: выпад вперед, руки на грудь. Дв.: разводя руки в стороны, прогнуться, тоже с выпадом другой ноги.
7. Бег кругом.
8. Упр. 1—5 упр. без задержки и 5 упр. с задержкой.

22 неделя

1. Основная стойка. На 2 счета—вдох, задерж., на 3 выдох.
2. 2 упр. 21 недели, но с поворотом и уклоном.
3. 3 упр. 21 недели, добавляя движение вверх.
4. В. п.: 4 упр. 21 недели. Дв.: одно движение делается в предклоне, затем выпрямиться и с движением рук, наклонив корпус назад, переходят опять в предклон.
5. В. п.: руки на грудь, дв.: рывком разнести руки в стороны, ноги поочередно ставить на носок назад.
6. Бег кругом.
8. Упр. 1 с задержкой 5 движ. 5 упр. на 3 счета—вдох, на 4 выдох.

23 неделя

1. Основная стойка. На 2 счета—вдох, задерж., на 3 выдох.
2. В. п.: выпад правой ногой вперед, руки в стороны. Дв.: уклон корпуса вправо и влево.
2. В. п.: основная стойка. Разносторонние упражнения. Дв.: согнуть правую руку к плечу, вытянуть в сторону и вернуть ее в исходное положение, то же наоборот.
4. В. п.: основная стойка руки на бедра с выпадом—предклон—заклон, затем в основ. стойку.
5. Прыжок кверху, разводя ноги в стороны.
6. 6 упр. 22 недели.
7. Бег кругом.
8. 1 упр. 5 упр. на 3 счета—вдох, на 4—выдох.

24 неделя

1. 3 счета—вдох, 2 задерж. на 4—выдох.
2. 2 упр. 23 недели, но с движением рук, уклон руки кверху, спрямление—руки в стороны.
3. 3 упр. 23 недели.
4. В. п.: стойка, расставив ноги в стороны наклонить корпус вперед вниз, по хлопку встать в основную стойку.
5. Прыжок кверху, во время прыжка прогнуться.
6. В. п.: стоя на одном колене, руки на грудь. Дв.: разводя руки в сторону назад, прогнуть грудную клетку.
7. Бег кругом.
8. 1 уп. 5 упр. на 4—вдох на пятый—выдох.

Врачи-физкультурники, методисты, инструктора физкультуры! Делитесь вашим опытом проведения физкультуры на производстве на страницах нашего журнала.

БИБЛИОГРАФИЯ

С. А. Теодоронский

ФИЗКУЛЬТУРНАЯ КНИГА В 1930 ГОДУ.

(Библиографическая сводка-обзор.)

С каждым годом растет и ширится советская литература по физкультуре. Это и неудивительно: спрос на физкультурную газету и книгу, на физкультурный журнал и плакат предъявляют миллионы физкультурников и трудящихся, вовлекаемых в физкультуру.

Однако физкультурная печать, несмотря на свой рост, все же до сих пор не может полностью удовлетворить потребности бурно развивающегося и перестраивающегося на ходу физкультурного движения. Нельзя отрицать, что в области физкультурной печати за последние годы имеются налицо большие достижения. Но в то же время как в количественном, так и в качественном отношении наша издательская продукция заставляет желать пока еще много лучшего.

В настоящем обзоре не место производить детальный анализ состояния физкультурной печати¹⁾. Наши вводные замечания к обзору имеют лишь целью подчеркнуть, что при явной «дефицитности» нашей физкультурной литературы на видное место должен быть выдвинут вопрос о рациональном использовании массами физкультурников тех далеко немногочисленных книг, которые у нас уже изданы и находятся в продаже.

Физкультурники-активисты, инструкторы, работники физкультуры должны наконец знать, какая же в конце-концов литература имеется по интересующим их вопросам, что именно полезно им приобрести для повседневной работы и т. д.

Мало ли, плохо ли, но наши издательства выпустили на книжный рынок «эпное» количество физкультурной литературы. Разобраться же в ней даже и подготовленному физкультурнику-активисту, не говоря уже о рядовых кружковцах, весьма и весьма трудно.

Сведений о выходящих книгах достать негде. Физкультурные газеты и журналы, несмотря на директивы соответствующих партийных организаций, как правило, не только не дают критических рецензий, но и списков вновь выходящих книг не помещают (лишь за последнее время журнал «Физкультура и спорт» вводит постоянный библиографический отдел). Специальных библиографических пособий по физкультуре нет (если не считать в свое время ценного, ныне устаревшего первого издания труда С. Милеева «Что читать по вопросам физкультуры и гигиены труда», М. 1925 г., изд. «Новая Москва»), и издание таковых, по крайней мере в ближайшем времени, повидимому не предвидится²⁾.

Это положение следует признать явно ненормальным. Нам нужно развернуть в физкультурных газетах и журналах обширные отделы кри-

¹⁾ Это сделано в отношении непериодической литературы В. А. Стакановым в его статье «За качество физкультурной книги» (см. «Физкультурник», 1930 г., № 23—24).

²⁾ Последней попыткой этого рода был выпуск издательством «Физкультура и спорт» (1930) бесплатного каталога по физкультуре, в настоящее время уже разошедшегося и частично устаревшего.

тики и библиографии; нужно выпустить библиографические справочники (и не один, а несколько — для разных категорий читателей); нужно наконец, приступить к изданию особого периодического органа — рекомендательного библиографического бюллетеня по физкультуре.

Нельзя забывать о том, что без описательной и рекомендательной библиографии физкультурная печать не может быть в нужной степени продвинута в массы и использована физкультурным читателем.

Настоящий обзор является первой попыткой дать библиографическую сводку физкультурной литературы за минувший год. Редакция журнала «Теория и практика физкультуры» намерена и в будущем систематически уделить место библиографическим обзорам и сводным списком физкультурной литературы.

Прежде чем приступить непосредственно к оценке физкультурно-издательской продукции 1930 г., скажем несколько слов о принципах построения настоящего обзора. Вся литература классифицирована по 10 разделам, внутри которых названия расположены по алфавиту; каждому разделу предпосланы вводные замечания составителя. Намерено опущены разделы шахмат и туризма. Не включены в обзор не представляющие сколько-нибудь значительного интереса документально-ведомственные издания. В тех случаях, когда книга выпущена в течение года новым изданием, отмечается лишь последнее издание. Не включены в обзор периодические издания, а также листовки, плакаты, открытки и т. д.¹⁾.

1930 год в истории физкультурной печати должен быть отмечен как период централизации издательской работы и внесения в нее плановых начал. Хаос и разнобой предшествующих лет, когда многочисленные издательства издавали что попало и кое-как, были наконец изжиты. Основная работа по ф.-к. книге сосредоточилась в типизированном изд-ве «Физкультура и туризм», правление которого провело энергичную и успешную работу по осуществлению плана «консолидации ф.-к. печати».

Приведем несколько цифр, наглядно дающих представление об итогах 1930 г. в области физкультурной печати. В 1928 г. изд-вом «Физкультура и спорт» было выпущено 17 названий — 4 миллиона листов оттисков; в 1929 г. — 54 названия и 6½ миллиона оттисков; в 1930 г. — 201 название и свыше 15 миллионов оттисков.

Каково же содержание этой растущей из года в год издательской продукции? Отвечает ли оно целиком и полностью запросам физкультурного движения?

Здесь приходится констатировать основной недостаток нашей физкультурной литературы — отставание от темпов перестраивающегося физкультурного движения. Не будем говорить о причинах (о них см. в уже упоминав-

¹⁾ Для интересующихся приводим список физкультурной периодики: «Физкультура и спорт», 72 номера в год; газета «Физическая культура»; 52 номера; «Спартак», 72 номера (Ленинград); «За советскую физкультуру» (Тифлис), 24 номера; «Физкультактивист», 24 номера; «Теория и практика ф. к.», 12 номеров; «Физкультура в школе», 12 номеров.

Издательством «Физкультура и туризм» выпущена серия открыток по ф. к. и спорту (32 открытки), а также следующие плакаты: «Вредные привычки быта», «Зарядка», «Практические указания лыжнику», «Наш договор», «Показания и противопоказания к применению средств ф. к.», «Упражнения на шведской стенке», «Играй в футбол», «Лечитесь солницем», «Занимайся физкультурой», «Все физкультурники — в ряды ленинских ударников», «Нормы нагрузки по спортиграм», «Нормы нагрузки по велоспорту», «Волейбол», «Нормы нагрузки по велоспорту», «Ф. к. в долях отдыха», «Нормы нагрузки по легкой атлетике», «Физкультура мужчины на каждый день», «Физкультура женщины на каждый день».

шшейся нами статье В. А. Старикова в «Физкультурнике»), дадим лишь общие выводы, касающиеся книжной продукции 1930 г. — непосредственной темы нашего обзора.

Минувший год в физкультурном движении был годом перестройки на основании решений партии о физкультуре. Казалось бы, и в физкультурной непериодике эта перестройка должна была получить должное отражение. К сожалению, нужно отметить, что за немногими исключениями физкультурная непериодика вопросов перестройки ф.-к. работы не коснулась. Даже по организационно-политическим вопросам ф.-к. движения не было выпущено достаточного количества книг и брошюр.

Спустя полтора года после решений партии о перестройке физкультуры лицом к производству у нас все еще нет руководств и пособий для производственных кружков ф. к., нет методических материалов о фабрично-заводских спартакиадах.

Отметим также ряд пустых мест в физкультурной литературе, до сих пор еще ждущих заполнения. У нас чувствуется большая бедность в справочных изданиях: хороший справочник в руках физкультурника может сослужить большую культурную службу. За границей существует громадное количество универсальных изданий, начиная от календарей и ежегодников и кончая справочниками для отдельных групп спортсменов, в то время как единственный у нас «ежегодник-календарь» профсоюзного физкультурника — и тот вышел всего лишь два раза (в 1928 и 1929 гг.), а на третий год, очевидно, «пороху нехватило».

А как нам нужны хорошие справочники, и при том не только универсальные, но и справочники для активиста, инструктора, работника физкультуры, врача и т. д.! О необходимости библиографических справочников мы уже говорили. Последний «прорыв» в тематике физкультурной непериодики — это отсутствие беллетристических произведений на физкультурные темы как отдельных авторов, так и альманахов; отметим кстати и отсутствие специальной детской литературы по физкультуре.

Переходя к обзору литературы по разделам¹⁾, указаем на чувствующейся в продукции 1930 г. разнобой — результат бесплановости предыдущих годов. Мало выпущено книг в плане определенных «серий», рассчитанных на активиста, массовика и т. д. и выдержаных в единстве своего построения. Нет капитальных трудов, подводящих теоретическую базу под ведущуюся практическую работу.

I. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ДВИЖЕНИЯ.

О перестройке физкультурного движения на основе решений партии см. прежде всего брошюру **Н. К. Антипова** «Состояние и задачи ф.-к. движения». Подробно о решениях партии и правительства, о первом пленуме ВСФК см. в **Стенографическом отчете** I пленума Всесоюзного совета.

Вопросы международного красного спортивного движения освещены в брошюрах **тт. Жолданова и Недрова**. Очень интересна книжка **А. В. Луначарского**, мысли которого о спорте не всегда бесспорны. Следует приветствовать книжку **Л. Цейтлина** об Америке, представляющую собой первый опыт описания рабочего спортивного движения за океаном. Книжка **Павлова** «Кумир толпы» в интересной полубеллетристической форме, но односторонне ставит вопросы о рекордсменстве, (см. рецензию в «Спартаке»).

¹⁾ Считаем необходимым отметить, что в задачи отбора не входит, да и не может входить критическая оценка вышедшей литературы. На ряду с этим делаем оговорку об отсутствии до сих пор сколько-нибудь приемлемой в библиографическом отношении классификации физкультурной литературы; автором сделана новая попытка дать новую классификацию, о качестве которой судить не ему.

Справочник **Б. Чеснокова** «Физкультурная Москва» составлен с надлежащей полнотой и солидностью, но темпы развития физкультурного движения заставляют признать его уже устаревшим.

Даем список книг, вышедших за 1930 г. по общим вопросам физкультурного движения.

Антипов, Н. К.—Состояние и задачи физкультурного движения. М.—Л. «Физкультура и туризм». 28 стр. 6 к.

Гибер, Б.—Новый этап в физкультурном движении. М.—Л. «Ф. и Т.» 30 стр. 10 к.

Дулин, С.—Физкультуру — на социалистические рельсы. М. Изд-во ВЦСПС. 80 стр. 25 к.

Ещин, Д. Цейтлин, Л.—Физкультура на новом пути и задачи комсомола. Изд. «Молодая гвардия». М. 61 стр. с илл. 22 к.

Жолдак, И.—Борьба за массы в международном спортдвижении. Доклад на заседании совделегации в ИККОИ. М.—Л. 76 стр. 22 к.

За перестройку физкультурного движения в Сибири. (К итогам II пленума Сибирского краевого СФК). Новосибирск. 32 стр. Беспл.

За пролетарскую культуру! Материал I физкульт. конференции профсоюзов Ленинград. обл. Л. 123 стр. 35 к.

Кедров, М.—Боевые задачи Красного спортивного интернационала. М.—Л. «Ф. и Т.» 55 стр. 15 к.

Луначарский, А. В.—Мысли о спорте. М. Библиотека «Огонек». 44 стр. 15 к.

О задачах летней работы по физкультуре. Изд. ВОФК ЗСФСР. Тифлис.

Павлов, Мих.—Кумир толпы на советском стадионе. М.—Л. «Молодая гвардия». (Б-ка «Жгучие вопросы»). 69 стр. 22 к.

Первый пленум Всесоюзного СФК в апреле 1930 г. Стенографический отчет. М.—Л. «Ф. и Т.» 125 стр. 18 к.

Перестройка работы по ф. к. в профсоюзах (материалы информ. группы оргсектора ВОФК СССР). 16 стр. М.—Л. «Ф. и Т.»

У пленум ИККСИ. Итоговая статья секретаря Красного спортивнтерна т. Каплана и резолюции. 2 изд. М.—Л. «Ф. и Т.» 40 стр. 15 к.

Резолюции и постановления партийных и государственных организаций по вопросам физической культуры. Изд. ЛОСФК. 32 стр. Беспл.

Цейтлин, Л.—Очерки рабочего спорта в Америке. М.—Л. «Ф. и Т.» 62 стр. 22 к.

Цейтлин, Л.—Физкультурное движение в СССР и его задачи. М. (Курсы заочн. обр. при Акад. комм. воспит. им. Крупской). 87 стр. с илл. 60 к.

Чесноков, Б.—Физкультурная Москва. Справочник - путеводитель. М.—Л. «Ф. и Т.» 500 стр. 1 р. 25 к.

Экспертиза работников физкультуры. Положение и программы, утвержденные ВСФК. Изд. 3., испр. и доп. М.—Л. «Ф и Т.» 111 стр. 50 к.

II. НАУЧНЫЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРЫ. — ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ.

Литература по этому разделу, вышедшая в 1930 году, как видно из приводимого списка, не слишком богата названиями. Снова приходится констатировать отсутствие марксистских трудов по теории и методике физкультуры. Следует приветствовать появление первой популярной книжки: **В. Стариков** — «Что такое физическая культура», доступной для рядового физкультурника и охватывающей все вопросы ф. к.

Андреев, А.—Дневник самоконтроля. Л. Изд. «Красная газета». (Б-ка «Спартак»). 53 стр. 25 к.

Гориневский, В. проф.—Гигиена физических упражнений и спорта. 2 изд., испр. и доп. М.—Л. Госмедииздат. 262 стр. с илл. 3 р.

Дюперрон, Г.—Теория физической культуры. Изд. 3, испр. и доп. Л. «Время». 621 стр. с илл. 5 р. 60 к. в переплете.

Жаворонков, Ю., Песков, В. и Крадман, Д.—Показания и противопоказания к применению средств физкультуры. М.—Л. «Ф. и Т.» 87 стр. 45 к.

Егерман, Б.—Что нужно знать физкультурнику о человеческом организме. М. (Курсы заочн. образ. при Акад. комм. воспит. им. Крупской). 63 стр. с илл. 50 к.

Каллистов, И.—Спортивный массаж. М.—Л. «Ф. и Т.» 40 к.

Мак-Кензи.—Физические упражнения как средство развития и воспитания. Под ред. д-ра А. Иттина. М.—Л. «Ф. и Т.» Ч. I, 224 стр. с илл. 1 р. 60 к.

Материалы по изучению влияния физкультуры на организм человека. Сборник изд. «ВФК». Харьков.

Михайлов, С.—Двигательная культура в производственном обучении методом ЦИТа. М.—Л. «Ф. и Т.» 18 стр. с илл. 50 к.

Моргачев, В.—Показания и противопоказания к занятиям физическими упражнениями. Новосибирск. 39 стр. Бесил.

Мюллер, И.—Солнце и воздух. Перевод с последнего немецкого издания. М.—Л. «Ф. и Т.», 64 стр. с илл. 30 к.

Нечаев, А. П., проф.—Психология физической культуры. Изд. 2, значит. дополн. М.—Л. ГИЗ. 90 стр. с илл. 80 к.

Пеллингер, Ир.—Здоровье физкультурницы. М.—Л. «Ф. и Т.» 108 стр. 60 к.

Песков.—О закаливании. М.—Л. «Ф. и Т.» 10 к.

Показания и противопоказания при занятиях ф. к. Сборник под ред. проф. Блях. Изд. «ВФК».

Поморский, Ю.—Вариационная статистика. Элемент. практ. руководство для врачей, педагогов, работников ф. к. и т. д. Л. Изд. «Красная газета». 463 стр. с илл. 4 р. 60 к.

Поморцев, Н.—Работа врача по физкультуре. Организационно-методические указания и материалы по опыту Ленинград. обл. СФКФ. М.—Л. «Ф. и Т.» 61 стр. 35 к.

Саркисов-Серазини.—Лечитесь солнцем. 5 изд. испр. и доп. М.—Л. «Ф. и Т.» 160 стр. с илл. 60 к.

Смирнов, И.—Дыхание при беге. М.—Л. «Ф. и Т.» 60 к.

Стариков, В.—Что такое физкультура. Первая книга для ознакомления с основами ф. к. Изд. 2, перераб. и доп. М.—Л. «Ф. и Т.» 211 стр. с илл. 70 к.

Эбер, Ж.—Спорт против физического воспитания. М.—Л. «Ф. и Т.» 102 стр. 45 к.

III. МЕТОДИКА И ПРАКТИКА ФИЗКУЛЬТУРНОЙ РАБОТЫ.—ГИМНАСТИКА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ.—ОБЩАЯ ФИЗПОДГОТОВКА.

Лишний раз приходится говорить о несоответствии нашей методической литературы задачам постановки физкультуры на производстве. По-прежнему нет литературы о зарядке, о физкультперерывах. Преобладают темы индивидуальной гимнастики. Ассортимент здесь достаточно обширный (Блях, Иде, Анохин, Ивановский, Геркан, Лебедев и др. Особенно по-счастливилось Мюллеру, изданному параллельно двумя издательствами).

Анохин, А. (Б. Рсс.)—Волевая гимнастика. Психо-физиологические движения. Изд. 16. Харьков «Пролетарий», 47 стр. с илл. 25 к.

Арцишевский и Шифрин, А. (состав.)—Гимнастика. Проработано научно-техническим кабинетом МОСФК. 2 испр. изд. М.—Л. «Ф. и Т.» 28 стр. 25 к.

Белинкович, В.—Основы атлетической гимнастики. Л. Изд. «Время». 86 стр. с илл. 90 к.

- Бессак, Е.**—Игры для уроков физической культуры. Описание 166 игр. Пер. с франц. под ред. Г. Дюперрона. 6 изд. Л. Изд. «Время». 112 стр. с илл. 75 к.
- Блях, В.**—Индивидуальная гимнастика. Изд. 4 дополн. Харьков. «ВФК». 54 стр. с илл. 50 к.
- Блях, В.**—Индивидуальная гимнастика для женщин. 3 изд. доп. Х. «ВФК». 93 стр. с илл. 85 к.
- Блях, В. и Венедиктов, Л.**—Корректирующая гимнастика. Изд-во «ВФК». Харьков. 145 стр. с илл. 1 р. 50 к.
- Бурцева, М.**—Художественное движение. М.—Л. «Ф. и Т.» 155 стр. с илл. 1 р. 35 к.
- Демени, Ж.**—Курс гимнастики. Ред. Г. Дюперрона. 2 изд. Л. «Время». 166 стр. с илл. 1 р. 70 к.
- Дубнов, Д. и Шифрин, А.**—Упражнения вдвоем, сопротивления и игры с элементами сопротивлений. Илл. руководство - пособие. М.—Л. «Ф. и Т.» 64 стр. 80 к.
- Зурен, Г.**—Немецкая гимнастика. Перевод под ред. Г. Дюперрона. Л. «Время». 150 стр. 1 р. 20 к.
- Ивановский, Б. и Геркан, Л.**—Физкультура женщины на каждый день. Ежедневные индивид. гигиенич. упражнения для работниц, служащих и домашних хозяек. М.—Л. «Ф. и Т.» 73 стр. с илл. 30 к.
- Иде, др.**—Гимнастика легких для укрепления здоровья и увеличения работоспособности. Практическое руководство. Х. «ВФК». 3 доп. изд. 30 стр. с илл. 40 к.
- Крамаренко и Нечаев.** Гимнастика по радио. Изд. НКП и Т. 16 стр.
- Кирхберг, Ф.**—Спортивный массаж. Пер. с немецкого, 2 изд. Харьков. «ВФК». 53 стр. 40 к.
- Лебедев, И. (дядя Ваня).**—Гантельная гимнастика. Популярное руководство для ежедневных занятий. 3 изд. М.—Л. «Ф. и Т.» 61 стр. с илл. 30 к.
- Летняя работа по ф. к. среди кустарей.** М. РНО Всекопромсоюза. 30 стр. 10 к.
- Мошков, В.**—Как научиться правильно дышать. Харьков. Изд. «ВФК». 35 стр. 15 к.
- Мюллер, И.**—Моя система. 15 минут ежедневной работы для здоровья. М.—Л. «Ф. и Т.» 188 стр. с илл. 60 к.
- Мюллер, И.**—Моя система. 15 минут ежедневной работы для здоровья. Предисл. А. Зикмунд. Л. «Время». 142 стр. 65 к.
- Мюллер, И.**—Моя система для женщин. М.—Л. «Ф. и Т.» 80 стр. с илл. 40 к.
- Мюллер, И.**—Моя система для женщин. 3 изд. Л. Изд-во «Время». 98 стр. с илл. 50 к.
- Набоков, В., и Арцишевский, В.**—Гимнастика по радио. Таблицы ежедневных гигиенических упражнений. М. Изд-во НКПТ. 1 р.
- Работа дисциплинарных комиссий** при СФК и низовых кружках. Материалы МОСФК. М.—Л. «Ф. и Т.» 14 стр. 5 к.
- Савельев, А.**—Живые снаряды. Упражнения в весе, упоре и прыжках при помощи соупротяживающихся. М.—Л. «Ф. и Т.» 52 стр. с илл. 32 к.
- Секция общей физподготовки.** Материалы и указания. Составлено секцией общ. физподготовки ЛОСФК. М.—Л. «Ф. и Т.» 94 стр. с илл. 50 к.
- Тиванов, А.**—350 упражнений на аппаратах шведского типа. М.—Л. «Ф. и Т.» 1 р. 10 к.
- «Физкультура зимой».** Сборник программно-методических материалов МОСФК для секционных занятий в кружках ф. к. Л. «Время». 180 стр. 1 р. 50 к.
- Филиптич**—Подвижные игры. Изд. 5, испр. и доп. М.—Л. ГИЗ. 112 стр. с илл. 45 к.

- Форштрайтер, Г.**—400 физических упражнений без снарядов. М.—Л. «Ф. и Т.» 134 стр. с илл. 40 к.
Чижков, Ст.—Гимнастические упражнения без снарядов. Х. «ВФК». 63 стр. с илл. 65 к.

IV. ФИЗКУЛЬТУРА В ДЕРЕВНЕ И НАЦИОНАЛЬНЫХ ОБЛАСТЯХ.

Книги для деревни — «наперечет». Правда, соответствующие главы имеются и в литературе общего характера, отнесенной к другим разделам, но все же в специальных книгах за год по деревенским и национальным вопросам — этого слишком мало.

Алкалаев В.—Стрелковый спорт в деревне. Изд. ВФК. Харьков. 64 стр. 40 к.

Вишневский, А., и Соколов, А.—Летние игры и развлечения в деревне. 2 изд. М.—Л. «Ф. и Т.» 80 стр. с илл. 30 к.

Геркан, Л.—Зимний спорт и забавы в деревне. 2 изд. «Молодая гвардия». 62 стр. с илл. 25 к.

Городенский, —Гигиена физкультурника. (Практич. советы применительно к деревенским условиям). М. Изд. Заочн. курсов политпросветраб. 31 стр. с илл. 20 к.

Макавеев, Н.—Организация и проведение деревенских праздников ф. к. (из серии «Заочные курсы политпросветработников НКПроса»). 44 стр. с илл. 30 к.

Родин, А. и Шитиков, С.—Игры детей и подростков в колхозе. Изд. «Мол. гвардия». 128 стр. с илл. 35 к.

Сборник материалов о физкультпоходе в деревню Изд. ВОФК ЗСФСР. Тифлис.

Семенов, Н.—Массовая работа по физкультуре в нацреспубликах. Из серии «Библиоточки физкультурника-массовика». М.—Л. «Ф. и Т.» 48 стр. 20 к.

Физкультура в колхозах на летний период. Сборник материалов Уральского обл. СФК. Свердловск. 110 стр. с илл. 80 к.

V. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА РИКА. — ВОЕННИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ. — СТРЕЛКОВЫЙ СПОРТ.

Физическая подготовка Красной Армии находила и до сих пор находит более или менее удовлетворительное отражение в физкультурной печати. Хуже обстоит дело с военизацией физкультуры. Популярное изложение вопроса о значении физкультурного движения в деле обороны страны дает в своей брошюре **тov. Кальпус**. По вопросам военизации физкультурной работы гражданских кружков литературы попрежнему очень мало.

Аннерман, А.—Как использовать лето для здоровья. М.—Л. ГИЗ. 71 стр. 20 к.

Алкалаев, В.—Стрелковый спорт. Организация, обучение и тренировка стрелка и инструктора. Изд. 2. М. Госвоениздат. 208 стр. с илл. 1 р. 10 к.

Верноградский, А., и Попов, В.—Система верхового конного спорта. Предисл. С. М. Буденного. М.—Л. ГИЗ. 184 стр. с илл. 1 р. 50 к.

Временное руководство по штыковому бою в РККА. 3 изд. испр. и доп. М.—Л. «Ф. и Т.» 30 стр. с илл. 20 к.

Голиков, С.—Красноармейский досуг. Сборник опытов, фокусов, стрелковых игр, физкультурных развлечений. М.—Л. ГИЗ. 207 стр. 85 к.

Дейнерт, Б.—Искусство стрельбы дробью. Советы, как улучшить стрельбу. Пер. с нем. В. Алкалаева. 2 изд. М. Изд. Всекохотовца. 153 стр. с илл. 75 к.

Демин, А.—Устройство тира для стрелковых кружков. М.—Л. ГИЗ 40 стр. с илл. 12 к.

Калачев, Г.—Упражнения с ренскими колесами. Пособие для летних школ, частей ВВС РККА и военизации гражданских организаций. Изд. 2, Харьков. «ВФК». 110 стр. с илл. 60 к.

Кальпус, Б.—Физкультура и оборона СССР. М.—Л. «Ф. и Т.» 45 стр. 15 к.

Крымов, Л.—Стрелковые соревнования. М. Изд. ОАХ, 64 стр. с илл. 15 к.

Крымов, Л., и Созонтов, В.—Организация стрелкового спорта. М. Изд. ОАХ. 64 стр. 15 к.

Кузьмин, П.—Боевая подготовка лыжника. Опыт методики обучения. Под ред. Е. Разина. М.—Л. ГИЗ. 120 стр. 65 к.

Любимова, А.—Испытания и инспекторские смотры по физ. подготовленности РККА. М.—Л. «Ф. и Т.» 40 стр. с илл. 15 к.

Пятые спортивные первенства РККА. Справочник. М. Изд. Инспекции физподготовки. 84 стр.

Руководство по физподготовке в РККА. Организация и методика. М. ОГИЗ. 68 стр. 20 к.

Стариков, В.—Массовый спорт в Красной армии среди допризывников и вневойсковиков. Методическое руководство. Харьков. Изд. «ВФК». 105 стр. с илл. 50 к.

Толстой, В., и Федоров, А.—Справочник по конной работе Осоавиахима. М. Изд. ОАХ. 107 стр. с илл. 33 к.

Цитович, В.—Стрелковый спорт. Методика и техника. М. Военгиз. 120 стр. с илл. 60 к.

Черняк, Е.—Военизированные упражнения и игры на местности. Под ред. и с пред. Б. Кальпуса. 3 изд. с 43 рис. М.—Л. ГИЗ. 224 стр. с илл. 60 к.

Черняк, Е.—Военноприкладная физическая подготовка. М. Изд. Заочн. курс. политпросветраб. 31 стр. с илл. 70 к.

Черняк, Е.—Основы проведения физической подготовки в Осоавиахиме. М. Изд. ОАХ. 63 стр. с илл. 15 к.

Юшков, С.—Военные прогулки зимой. М.—Л. ГИЗ. 29 стр. 8 к.

VI. ФИЗКУЛЬТУРА В УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ И ПИОНЕРОТРЯДАХ.

Физоспитание дошкольного возраста как по количеству, так и по качеству — один из наиболее сильных отделов в физкультурной непериодической литературе. Отметим в первую очередь содержательную справочную книжку **Любимова** «Спутник преподавателя ф. к.». Солидное руководство представляет собой пособие **Яковleva**, вышедшее в течение года двумя изданиями. Представлена в литературе и массовая внеурочная работа по физкультуре (см. книжки Яковлева, Черевкова, Вишневского, Черняка и др.). Из пионерской литературы отметим «Зимний сборник» изд-ва «Физкультура и туризм», а также серию трафаретов Центр. детской ф.-к. станции. Выпущено также несколько сборников подвижных игр для дошкольников. Следует пожелать, чтобы все выходящие издания получали надлежащую критическую оценку в журнале «Физкультура в школе».

Арцишевский, В.—Военный строй в школе. Пособие для преподавателей физкультуры. М. Изд. «Работник просвещения». 65 стр. с илл. 25 к.

Бурцева, М., Реркан, Л., Козлов, М., Родин, А.—Игры, спортивразвлечения и пляски на летней площадке. Изд. 2. М. Наркомпрос—ГИЗ. 54 стр. 35 к.

Вишневский, А.—Зимние развлечения детей и подростков. Изд. 2 перераб. и доп. М.—Л. ГИЗ. 94 стр. с илл. 50 к.

Вишневский, А., и Подъяпольский, Н.—Планирование и оборудование летних площадок. М.—Л. Наркомпрос—ГИЗ. 48 стр. с илл. 25 к.

Вишневский, А., и Козлов, М.—Спортивные игры подростков (для занятий с учащимися школ и техникумов и с внешкольными группами). Изд. 2 испр. М.—Л. ГИЗ. 244 стр. с илл. 1 р. 25 к.

Вишневский, А.—Юный конструктор-физкультурник. М. (Детский заочный университет). 32 стр. 10 к.

Гаульгофер, К., и Штрейхер, М.—Австрийская школьная гимнастика. Л. «Время». 184 стр. с илл. 1 р. 45 к.

Глязер, С.—Детский карнавал. М. «Мол. гвардия». 144 стр. с илл. 50 коп.

Гориневский, В., проф.—Совместные игры мальчиков и девочек.—подростков (о совместном физич. воспитании подростков). М.—Л. «Молодая гвардия». 136 стр. 70 к.

Любимов, А.—Спутник преподавателя физкультуры. М.—Л. ГИЗ. 157 стр. с илл. 80 к.

Мульяш, С., и Генрихсен, Н.—Новые подвижные игры дошкольников. М.—Л. «Ф. и Т.» 27 стр. 15 к.

Мюллер, И.—Моя система для детей. Пер. с посл. нем издания. М.—Л. «Ф. и Т.» 78 стр. с илл. 40 к.

Планирование и учет занятий физическими упражнениями в школе. Метод. письмо. Изд. 2. М.—Л. Наркомпрос—ГИЗ. 32 стр. 25 к.

Физкультура в учебных заведениях. Сборник офиц. материалов. М. НКПрос—ГИЗ. 80 стр. 30 к.

Подвижные игры дошкольников. Из серии «Физическое воспитание детей дошкольного возраста». Сборник, составленный дошкольной комиссией научно-методической секции ВОФК. М. «Ф. и Т.» 45 к.

Прибылов, К.—Физкультура в стряде юных пионеров. Изд. «Молодая гвардия». 29 стр. 9 к.

Физкультура в пионеротрядах. Краткие методич. материалы. Зимний период. Составлено НМК МОСФК. М.—Л. «Ф. и Т.» 152 стр. 40 к.

Центр. детская физкультурная и оздоровительная станция. Трафареты-листовки: 1) Игры на льду. 2) Как самому сделать коньки. 3) Как устроить и оборудовать зимнюю площадку. 4) Лыжные вылазки. 5) Организация лыжных соревнований с пионерами. 6) Организуйте игры на снегу. 7) Устройте сами каток и горку. М.—Л. «Ф. и Т.» 48 стр. 18 к.

Черевков, М.—Физкультурные экскурсии школьников. Материалы для школ I и II ступени. М.—Л. «Ф. и Т.» 80 стр. 40 к.

Черняк, Е.—Военные игры и походы с детьми и подростками. Изд. 2. М.—Л. ГИЗ. 47 стр. 35 к.

Черняк, Е.—Физкультура в школе в связи с задачами обороны. Методич. письмо. Изд. Наркомпрос—ГИЗ. 33 стр. с илл. 20 к.

Шифрин, А. и М.—Уголки физической культуры. Изд. «Работи. просвещения». 80 стр. с илл. 40 к.

Яковлев, В.—Физкультурная организация экскурсий. Материал для работников школ I ступени. М. «Работник просвещения». 64 стр. 25 к.

Яковлев, В.—Физкультура в школе I ступени. Пособие физкультработнику и групповоду. Изд. 2. «Работник просвещения». 304 стр. с илл. 1 р. 50 к.

VII. МАССОВАЯ РАБОТА.

1930 год показал определенное оживление в этой области, хотя, как мы уже говорили, книги на нужные сейчас темы, созвучные перестройке, насчитываются единицами.

Отметим выпуск «Библиотечки физкультурника-массовика», «Маленькой библиотечки» изд-вом «Физкультура и туризм», несколько книжек по массовым развлечениям и аттракционам (Подымников, Сташин), а также книжки по ф. к. в жактах (Короновский и др.).

Беседы по вопросам физкультуры. Методич. разраб. темы для беседчиков ЛОСФК. М.—Л. «Ф. и Т.» 164 стр. 60 к.

Бурцева, М. —Методика проведения массовой пляски. М. «Ф. и Т.» 147 стр. 90 к.

Волков, В. —Массовый физкультурный вечер. Организация и проведение из серии «Библиотечка физкультурника-массовика». М.—Л. «Ф. и Т.» 1931 г. 27 стр. 13 к.

Вонзблейн, Иг. —Массовые развлечения на льду. Организация праздников, карнавалов и развлечений на льду. Парные и групповые танцы на коньках. Кернг. М.—Л. «Ф и Т.» 76 стр. 25 к.

Вонзблейн, Ю. —Путь к здоровью. 3 изд. «Ленингр. правда». 39 стр. с илл. 12 к.

Вонзблейн, Ю. —Катайтесь на коньках. Изд. «Ленингр. правда». Л. 116 стр. с илл. 15 к.

Гориневская, В. —Что дает трудящимся ф. к. и как ею пользоваться. Памятка для рабочего и служащего. М.—Л. «Ф. и Т.» 21 стр. 2 к.

Короновский, В. —Массовая работа физкультурного актива. М.—Л. «Ф. и Т.» «Б-ка физкультурника-массовика». 44 стр. 18 к.

Короновский, В. —Физкультура в жактах. Л. Изд. «Красная газета» (Б-ка «Спартака»). 72 стр. с илл. 30 к.

Поддымников, А. —Новые массовые игры, техника, методика и описание. М.—Л. «Ф. и Т.» 44 стр. 15 к.

Прохоров, М. и Шестоперов, Я. —Водные экскурсии. М.—Л. «Ф. и Т.» 133 стр. с илл. 40 к.

Сташин, П. —Физкультурные аттракционы. М.—Л. «Ф. и Т.» (Б-ка физкультурника-массовика). 68 стр. с илл. 22 к.

Сысоев, С. —Зимние игры и развлечения на воздухе. Л. «Время». 86 стр. 65 к.

Тарасов, А. —Лыжи. М.—Л. «Ф. и Т.» 27 стр. 5 к.

Физкультура в жактах и общежитиях. Материалы Дальневост. край. ОФК. Хабаровск. 20 стр.

«Физкультуру в массы»—маленькая библиотека. М.—Л. «Ф. и Т.»:

- 1) **Короновский, В.** —Гимнастика по радио. 77 стр. с илл. 15 к.; 2) **Короновский, В.** —На первой лыжной прогулке. 48 стр. с илл. 10 к.; 3) **Лазак, В.** —Впервые на лодке. 61 стр. с илл. 12 к.; 4) **Саркисов-Серазини, И.** —Ближе к солнцу. 40 стр. 10 к.; 5) **Саркисов-Серазини, И.** —Лечит ли физическая культура. 40 стр. 10 к.; 6) **Утехин, А.** —Долой курево. 39 стр. с илл. 10 к.; 7) **Фиников, В.** —Первые шаги на коньках 40 стр. с илл. 10 к.; 8) **Шеманский, А.** —Спортивные вылазки на охоту. 64 стр. с илл. 10 к.; 9) **Шувалов, Ф.** —Правильное дыхание—основа здоровья. 64 стр. с илл. 12 к.

VIII. СПОРТ.

Самый обширный отдел, но отнюдь не самый благополучный. Как правило, все те же авторы, все те же методы составления руководств по технике и тренировке.

Пока еще нет книг, написанных применительно к условиям перестройки физкультурной работы.

Из более или менее солидных руководств по отдельным видам спорта отметим легкую атлетику **Вонзблейна**, борьбу **Иванова**, коньки **Ипполитова**, парусный спорт **Людевиг** и лыжи **Тарасова**. Следует приветствовать появление в переводе заграничных спортивных классиков Вильпиона, Ранне Рони и Тильдена. Хорошим новшеством в 1930 г. явилась серия «спутников» по отдельным видам физкультуры — по теннису, конькам, лыжам и фигурному катанию.

Нужно думать, что этот опыт будет повторяться ежегодно, конечно с соответствующей перестройкой содержания «спутников».

Особо отметим новые издания книги Михельсона и Фепонова по судейству, «Велодорожные соревнования на Западе» и «Бег с препятствиями». Попрежнему оставляет желать лучшего своевременность и «сезонность» выхода тех или иных изданий в свет.

Бобров, Г., и Теодоронский, С.—Спутник теннисиста. М.—Л. «Ф. и Т.» 80 стр. с илл. 35 к.

Вильпион, Ж.—Давайте плавать! Пер. с франц. под ред. Геркан. «Ф. и Т.» 148 стр. 75 к.

Вонзблейн, Иг.—Учитесь кататься на коньках. Л. «Красная газета» (приложение к журналу «Спартак»). 71 стр. 20 к.

Вонзблейн, Ю.—Легкая атлетика. Руководство по технике и тренировке. М.—Л. «Ф. и Т.» 219 стр. с илл. 75 к.

Вонзблейн, Ю., и Шаманова, М.—Легкая атлетика для женщин. Изд. 2 испр. Под ред. Г. Дюперронна. М.—Л. «Ф. и Т.» 133 стр. с илл. 95 к.

Вонзблейн, Ю., и Черняк, Е.—Бег с препятствиями. Пособие для кружков физкультуры, школ, частей Красной армии. М.—Л. «Ф. и Т.» 192 стр. с илл. 60 к.

Воскресенский, В.—Туризм на велосипеде. М.—Л. «Ф. и Т.» 74 стр. с илл. 35 к.

Гетье, А.—Как стать боксером. М.—Л. «Ф. и Т.» 102 стр. с илл. 50 к.

Жемчужников, А.—Лыжи в пересеченной местности. Горнолыжный спорт. М.—Л. «Ф. и Т.» 104 стр. с илл. 40 к.

Иванов, В.—Французская борьба. Финская школа. Предисл. В. Калькуса. 2 изд. Л. «Время». 78 стр. 90 к.

Инструкция по обучению водоспасательному делу. Изд. Моснав. 69 стр. с илл. 25 к.

Ипполитов, Пл.—Конькобежный спорт. М.—Л. «Ф. и Т.» 45 к.

Ипполитов, Пл.—Справочник конькобежца. М.—Л. «Ф. и Т.» 94 стр. 35 к.

Левитин, М.—Правила игры в футбол в вопросах и ответах. ВФК.

Людевиг, Н.—Парусный спорт. Изд. 2 испр. и доп. с 120 рис. М.—Л. «Ф. и Т.» 238 стр. 2 р. 70 к.

Мамин, О.—Новые спортивные игры. Х. «ВФК». 47 стр. с илл. 30 к.

Мареев, А.—Как самому научиться плавать. М.—Л. «Ф. и Т.» 14 стр. с илл. 7 к.

Михельсон, Е.—Хоккей. Руководство для начинающих. Л. «Красная газета» (прилож. к журн. «Спартак»). 76 стр. с илл. 25 к.

Михельсон, Е., и Фепонов, Г.—Судейство футбольных и хоккейных игр. (Руководство). М.—Л. «Ф. и Т.» 201 стр. 85 к.

Озношибин, Н.—Искусство рукопашного боя. Изд. Наркомвнудел. М. 226 стр. с илл. 2 р. 25 к.

Рахманин, Гр.—Стрельба из лука. М.—Л. «Ф. и Т.» 94 стр. с илл. 55 коп.

Ромм, М.—Как играть в волейбол и итальянскую ланту. М.—Л. «Ф. и Т.» («Б-ка физкультурника»). 61 стр. с илл. 25 к.

Ромм, М.—Как играть в футбол. М.—Л. «Ф. и Т.» (Б-ка физкультурника). 117 стр. с илл. 40 к.

Ромм, М.—Тренировка футбольных команд. М.—Л. «Ф. и Т.» Изд.-3: перераб. и доп. 72 стр. с илл. 45 к.

Ронни, Ранне.—Лыжи Муртомаа и пользование ими. Пер. с финск. М.—Л. «Ф. и Т.» 144 стр. с илл. 70 к.

Свитин, Г.—Таблица исчисления очков скоростных соревнований в беге на коньках. Одобрено секцией зимнего спорта ВСФК М.—Л. «Ф. и Т.» 1931. 28 стр. 15 к.

Скалкин, П.—Тренировка лыжника. Подготовка лыжников к массовым экскурсиям, прогулкам, звездным и длительным пробегам. Л. 75 стр. 40 коп.

Сергеев, С. — На лыжах по скандинавскому северу. М.—Л. «Молода гвардия». 32 стр. с илл. 15 к.

Смидановский, И. и Списаренко, И. — Спутник шофера и мотоциклиста в вопросах и ответах. Л. Гостехиздат. 107 стр. с илл. 50 к.

Соколов, А. — Городки. Руководство с новыми правилами. Харьков. «ВФК». 58 стр. с илл. 50 к.

Спутник-справочник лыжника. Составлен секцией лыжного спорта ВСФК РСФСР (Аксельрод, Бункин, Великосельский, Тарасов и др.). М.—Л. «Ф. и Т.» 59 стр. 25 к.

Спутник фигуриста. Составлен по материалам тт. Вашке, Вонзблейн, Зельдович и др. Под редакцией В. А. Михельса. М.—Л. «Ф. и Т.» 87 стр. 45 коп.

Станкевич, М. — Групповое фигурное катание на коньках. Руководство для обучения и показат. выступлений. М.—Л. «Ф. и Т.» 112 стр. с илл. 35 коп.

Тарасов-Каслинский, А. — Лыжи в быту, труде и военном деле. 2 изд. Х. «ВФК». 66 стр. с илл. 60 к.

Тарасов-Каслинский, А. — Лыжное дело в СССР и обучение лыжника. С пред. А. Сидякина. М.—Л. «Ф. и Т.» 180 стр. 1 р. 30 к.

Теодоронский, С. — Пинг-понг или теннис на столе. С приложением новейших правил. Изд. 4 вновь перераб. и значит. доп. М.—Л. «Ф. и Т.» 142 стр. с илл. 50 коп.

Тильден, В. — Искусство игры в теннис. Пер под ред. С. А. Теодоронского и Б. А. Ульянова. М.—Л. «Ф. и Т.» 192 стр. с илл. 55 к.

Чесноков, Б. — Крокет. Описание и правила игры. М.—Л. «Ф. и Т.» 32 стр. 10 коп.

Черкасов, М. — Волейбол. (Сервейбол, гигантский волейбол и пушбол). Изд. 3. Харьков. «ВФК». 45 стр. с илл. 40 к.

Шестоперов, Я. — Дорожные велосоревнования на Западе. М.—Л. «Ф. и Т.» 110 стр. с илл. 50 к.

Хозинов, Ю. — Массовое фехтование. Техника и методика. Организационные указания, подготовка групповодов. М.—Л. «Ф. и Т.» 33 стр. с илл. 15 к. (Б-ка физкультурника-массовика).

IX. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ.

Достижением минувшего года следует признать выпуск изд-вом «Физкультура и туризм» довольно полной серии официальных правил ВСФК по всем основным видам спорта. Некоторые правила (по лыжам, конькам, борьбе и др.) были выпущены в течение года двумя изданиями.

Баскетбол. (Офиц. правила ВСФК РСФСР). М.—Л. 5 к.

Водное поло (ватерполо). Положение о соревнованиях и правила игры. 2 изд. М.—Л. 64 стр. 15 к.

Городки. Правила игры ВСФК СССР, 3 изд. вновь перер. М.—Л. 16 стр. 5 к.

Коньки. Правила скоростных соревнований ВСФК РСФСР. 4 испр. изд. М.—Л. 32 стр. 6 к.

Легкая атлетика. Правила ВСФК РСФСР. 3 изд. испр. и доп. М.—Л. 72 стр. с илл. 18 к.

Лыжные состязания. Правила ВСФК РСФСР. М.—Л. 62 стр. 15 к.

Парусные соревнования. Правила ВСФК РСФСР. М.—Л. 60 стр. с илл. 10 к.

Плавание. Правила соревнований ВСФК РСФСР. М.—Л. 48 стр. 12 к.

Положение о соревнованиях по спортивным играм МОСФК. М.—Л. 47 стр. 10 к.

Правила соревнований по боксу. Как судить матчи бокса. Указания рефери и судьям. 2 изд. М.—Л. 50 стр. с илл. 12 к.

- Правила соревнований по подниманию тяжестей** ВОФК РСФСР. 3 изд. 46 стр. 15 к.
- Правила соревнований по финско-французской борьбе** ВСФК РСФСР. 3. изд. М.—Л. 37 стр. 15 к.
- Прыжки в воду.** Правила соревнований ВСФК РСФСР. М.—Л. 54 стр. 23 коп.
- Соревнования по гимнастике.** Правила ВОФК РСФСР. М.—Л. 28 стр. 8 коп.
- Хоккей.** Правила игры, утвержден. ВСФК. 3 изд. М.—Л. 8 к.
- Соревнования по гребле.** Правила ВСФК РСФСР. М.—Л. 48 стр. 15 к.
- Теннис.** Правила игры, утвержд. ВСФК РСФСР. 3 изд. М.—Л. 31 стр. с илл. 10 к.
- Футбол.** Офиц. правила ВОФК РСФСР. 4 изд. М.—Л. 19 стр. 5 к.

X. ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ИНВЕНТАРЬ И СООРУЖЕНИЯ.

- Небогатый названиями отдел; однако по сравнению с тем, что выпущено за предыдущие годы, настоящий список является достижением.
- Обращает на себя внимание отсутствие руководств по устройству типовых летних площадок для производственных и колхозных кружков.
- Бурчев, Ф.** — Бани, души, бассейны. Справочная книга. М. Изд. НКВД. 192 стр. с илл. 75 к.
- Бутурлин, С.** — Как сделать лук. М.—Л. «Молодая гвардия». 62 стр. с илл. 18 к.
- Доброхотов, Ф.** — Сани. Их виды и постройка. М.—Л. «Ф. и Т.» 67 стр. с илл. 35 коп.
- Ипполитов, Пл.** — Секундомер и как им пользоваться. М.—Л. «Ф. и Т.» 29 стр. с илл. 10 к.
- Ипполитов, Пл.** — Спутник велосипедиста (уход, регулировка и ремонт велосипеда). 3 изд. испр. и доп. М.—Л. «Ф. и Т.» 112 стр. с илл. 40 коп.
- Липневич, Л.** — Парусиновая байдарка. Практическое руководство к постройке. М.—Л. «Ф. и Т.» 47 стр. с чертежами и илл. 30 к.
- Любимов, А.** — Спортивные площадки и городки. 2 перер. и доп. изд. М.—Л. ГИЗ 88 стр. с илл. 50 к.
- Людевиг, Н.** — Буэр. М.—Л. «Ф. и Т.» 2 изд. 38 стр. с илл. 45 к.
- Мельников, Я.** — Каток и его устройство. М. Изд «Труд и книга». 43 стр. с илл.
- Сборник о постройке разных типов подсн.** Изд. Москнав. 18 руб.
- Черняк, Е.** — Гимнастические залы, их оборудование и содержание. Пособие-справочник для инструкторов, кружков ф. к., воинских частей и т. д. М.—Л. «Ф. и Т.» 131 стр. с илл. 60 к.

Шедлинг, Ф. — Постройка шлюпок. Л. 347 стр. с илл. 5 р.

Шурихт, В. — Что нужно знать мотоциклиstu. (Мотоцикл и обращение с ним). Л. Изд. «Наука и школа». 133 стр. с илл. 1 р. 80 к.

Энгельмайер, П., Укше, Б., Веселовский, М. — Моторная лодка. М.—Л. ГИЗ. 94 стр. с илл. 1 р. 35 к.

Читайте № 3 журнала „Физкультура в школе“, посвященный вопросу: „Педагоги и физическая культура“.

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОТДЕЛ

ВСЕМ МЕДИНСТИТУТАМ

По сведениям, поступающим в Наркомздрав и ВСФК, постановка физического воспитания и образования в медицинских институтах продолжает оставаться совершенно неудовлетворительной, несмотря на категорическую директиву ЦИК СССР от 3/IV-30 г.: возложить на Наркомздрав организацию врачебного контроля над всей физкультурной работой, постановку и научное изучение физической культуры как социально-евгенического, лечебного и гигиенического фактора в системе различных здравоохранительных учреждений и соответствующую подготовку и переподготовку врачебных кадров и медработников. Больше того, при производимом сокращении штатов и ассигнований в первую очередь сокращаются штаты и ассигнования по физкультуре, что является совершенно недопустимым.

Наркомздрав считает необходимым указать, что выполнение органами здравоохранения указанных выше заданий правительства встречает главное препятствие в неграмотности врачей в вопросах физического воспитания, поэтому подготовка в области физической культуры врачей является обязательным и срочным заданием, которое Наркомздрав ставит перед всеми мединститутами. В этих целях при проведении учебных планов необходимо руководствоваться следующим:

1. Там, где предметы сдвоены или строены — необходимо точно указать, что физкультура — самостоятельный предмет (доцентский курс) в дальнейшем, как на факультете ОММ и ОЗД и II, будет выделен в самостоятельную кафедру.

2. Теоретический курс должен быть пополнен за счет часов от практики (из 3 часов в декаду на физкультуру).

3. Практический курс на всех семестрах не может быть рассматриваем самостоятельно, а все его планы должны быть теснейшим образом скомплексированы с теоретическим курсом и последним возглавляться.

4. Из 156 часов на 7 и 8 семестрах по лечпрофилю на физкультурный курс отводится 48 часов и дополняется до 90 часов за счет практики по 21 ч. на III и на IV курсе.

5. По фак. Охраны Матмлада и ОЗД и II 48 час. по ОММ и 72 по ОЗД и II дополняются за счет практики до 90 часов: по ОММ — на 5-м сем. 12 час.; на 6-м сем. 12 час.; на 7-м сем. по обоим отделам добавляется по 18 час.

На ОЗД и II 7 и 8 сем. физкульт. (врач. контроль) 49 часа остаются неприкословенными.

6. По санпрофи из 126 час. на 7 и 8 сем. отводится на физкультуру 48 час. и добавляется до 90 час. за счет практики по 21 часу на III и IV курсах.

Предлагая принять все меры к осуществлению этого задания Управление кадрами НКЗдрава в двухдекадный срок предлагает представить сведения о постановке теории и практики физической культуры в вашем медицинском институте по прилагаемой анкете.

Нач. Управления кадрами, член коллегии **Н. Зяблов.**

Руководитель высшим медобразованием **Банщиков.**

Москва 20/I 1931 г. № 103/01



ОГИЗ—„Физкультура и туризм“

Отв. редактор — М. Ф. Владимирский.

Мособлит № 8574.

Тираж 5.160

13-я Типография ОГИЗа. Москва, Денисовский, 30.