



SOKOLČ:

LIST ZA SOKOLSKI
NARASTČAJ

LETO II. — 1920.

ŠTEV. I.—2.

Prvo številko „Sokoliča“ smo razposlali vsem našim naročnikom preteklega leta in jih prosimo, da ostanejo tudi v bodoče naši čitatelji in naročniki. Tudi vsa šolska vodstva in vsa sokolska društva dobijo prvo številko na ogled. List spada v sokolske in šolske knjižnice, zato naj ne bo šole in ne sokolskega društva, ki bi ne bila naročnika „Sokoliča“. Vaditelje naraščaja in učiteljstvo pa prosimo, da priporočajo „Sokoliča“ šolski in šoli odrasli mladini.

Vsebina.

	Stran
1. Sokolič — Sokoličem!	1
2. Našemu naraščaju! J. B-j	3
3. Za neodrešene brate.	6
4. Pot v svobodo. Dr. J. B.	9
5. Zgodovina telovadbe. (Dalje prihodnjič.) J. Jeras.	11
6. Glas sokolskemu naraščaju. A. Cigoj.	14
7. Skavtizem. J. Č.	15
8. Noč v Albaniji.	18
9. Plavanje. N. Maroit. (Dalje prihodnjič.)	19
10. Vaje s cvetnimi loki. A. Cigoj.	21
11. Vaje moškega naraščaja.	25
12. Glasnik.	28

„Sokolič“ izhaja v mesečnih zvezkih ter stane vse leto **24 K**, pol leta **12 K**, posamezna številka **2 K 50 vin**.

Na naročila brez istodobno vposlane naročnine se ne oziramo.

Dopise je pošiljati na naslov: Uredništvo „Sokoliča“ (Sokolski Savez SHS) v Ljubljani, Narodni dom.

Upravništvo je v „Učiteljski tiskarni“, kamor je pošiljati tudi naročnino.

Odgovorni urednik: **Franc Štrukelj** v Ljubljani.



Štev. 1-2.

V Ljubljani, aprila 1920.

Leto II.

„Sokolič“ Sokoličem!



islili smo, da bo naš „Sokolič“ v letošnjem letu prenehal in da se preseli na jug, da bo glasilo vsega jugoslovanskega sokolskega naraščaja. Toda živa potreba nas sili, da s svojim delom nadaljujemo, zakaj trdno smo prepričani, da je našemu naraščaju dober list potreben kakor ribi voda. Zato smo se odločili, da bo „Sokolič“ izhajal tudi v bodoče v Ljubljani. Velja naj za slovensko glasilo našemu sokolskemu naraščaju.

Živimo v dobi preporoda. Ustanovili smo si lastno državo, lastno hišo, ki pa ni še popolnoma dograjena. Povsod vidimo še pomanjkljivosti in praznoto, vse to je treba popraviti in dopolniti. Zato potrebujemo krepkih delavcev, pridnih, pogumnih, telesno močnih ter duševno krepstnih izobražencev, ki pojdejo s trdno voljo, s preudarkom in s samozavestjo na delo. — To delo naj postavi trdno in mogočno skupno hišo, opremljeno z vsem potrebnim, kar rabi naš rod, naša mlada Jugoslavija!

Takih mož, takih žen nam je treba!

Da dosežemo ta naš veliki smoter, zato hoče posvetiti Sokolstvo vse svoje sile in vso svojo moč cvetu našega naroda, naši mladini — našemu naraščaju. Ta mladina mora biti duševno in telesno krepka, da

bo kljubovala vsem naporom, zaprekam in zablodam, ki jo bodo ovirale na potu njenega življenja. Naš prvi učitelj dr. M. Tyrš je kot velik mislec in dober poznavalec zgodovine spoznal, da sta telesna in duševna vgoja tesno spojeni, da druga drugo izpopolnujeta. Kakor je narod brez duševne izobrazbe zapisan poginu in smrti, enako propada narod brez telesne vzgoje, četudi stoji duševno še na tako visoki stopnji. Tako nam izpričuje zgodovina, to nam potrjuje zdrav razum in vsakdanja izkušnja. Zato je naloga Sokolstva, da izobrazuje in uči ter dopolnjuje duševno izobrazbo, utrjuje značaje, budi ljubezen do domovine, pospešuje redno, čisto in krepostno življenje, se bojuje proti vsem sovragom in uničevalcem človeškega zdravja in naše npravnosti, s telesnimi vajami pa skrbi za zdrav in močen narod, ki ima veselje do življenja in dela.

Pri tem delu hoče stati Sokolstvu naš „Sokolič“ ob strani in mu služiti po svojih močeh pri npravni in telesni vzgoji naraščaja.

„Sokolič“ bo prinašal najrazličnejše čtivo, v prvi vrsti bo skrbel za telesno in npravno vzgojo sokolskega naraščaja, pa tudi poučne in zabavne črtice bo priobčeval. Objavljal bo primerne telovadne vaje za ves naraščaj, če bo mogoče tudi s slikami. Posebno pozornost hočemo posvetiti zadnjemu delu lista „Glasniku“. Tu bo prostora za dopise in za razne zanimive drobnarije. Opisi in ocene javnih telovadb, tekem, akademij, izletov in drugih prireditev, ki jih bo prirejal sokolski naraščaj, bodo našli prostora v „Glasniku“. Jako nas bo veselilo, če nam bo sokolski naraščaj sam pošiljal take dopise. Vzgojiti hočemo mladino, ki bo znala opazovati življenje, razne vaje in gibe in ki bo znala oceniti pravilnost vaj in opozoriti na pogrške pri izvajanju telesnih vaj, ki bo znala uživati lepoto in ceniti resnico in pravico.

Da bo „Sokolič“ svest dani obljubi, zato vabimo v krog njegovih sotrudnikov vse stare in nove prijatelje, ki jim je razvoj sokolskega naraščaja pri srcu. Radi bi, da se oglasio tudi vaditelji sokolskega naraščaja, ki najbolj vedo, kje je potreba najnujnejša. Iz istega vzroka si želimo tudi sotrudnikov iz učiteljskih krogov.

In kdo naj bo naročnik „Sokoliča“? V prvi vrsti ves naš naraščaj in vsa naša mladina. Tem je namenjen, ki so telesne in npravne vzgoje najbolj potrebni. Zato naj bo naročena na „Sokoliča“ vsaka šola in vsaka naša hiša. Pričakujemo pa tudi, da bo imelo naš list vsako sokolsko društvo in vsi vaditelji naraščaja, zlasti ti morajo dobro poznati „Sokoliča“.

„Sokolič“ bo izhajal mesečno na eni tiskani poli. Ker se je prva številka zaradi raznih zaprek močno zakasnila, zato izide letos le 10 števil. V aprilu in maju bomo izdali dvojni številki, da nadomestimo zamujeno, pozneje pa bo izhajal „Sokolič“ redno vsak mesec.

„Sokolič“ stane vse leto 24 K, pol leta 12 K, posamezna številka pa 2.50 K. Naročnino sprejema Učiteljska tiskarna v Ljubljani, dopise pa uredništvo „Sokoliča“ v Ljubljani, Narodni dom.

Uredništvo in upravništvo.

Našemu naraščaju!



sak dober gospodar napravi koncem leta obračun o svojem delovanju, da se prepriča, kako je gospodaril v preteklem letu, da vidi, je-li njegovo delo imelo uspeh in prineslo dobiček, ali pa je bilo njegovo gospodarstvo slabo in se je njegovo premoženje zmanjšalo. Tak obračun imenujemo bilanco. Bilanca daje vestnemu gospodarju nove smernice in mu kaže pota, po katerih mora hoditi, da bo njegovo delo imelo večji uspeh in da se bo njegovo premoženje pomnožilo. Ustvari si nove načrte za bodoče delo, izboljšati in popraviti hoče, kar je v preteklem letu zanemaril, kakor mu kaže izid bilance. — Bodimo tudi mi vestni gospodari in pogledimo si delo sokolskega naraščaja v preteklem letu.

Ko smo se koncem leta 1918. otresli onih težkih verig, ki so nas vezale stoletja in ki smo bili z njimi okovani kakor sužnji, ki nimajo proste volje, ko nam je žarek svobode posvetil v naše temne dneve življenja, ko smo prvokrat občutili, da se uresničuje naš dolgoletni sen — ujedinjenje jugoslovanskega naroda — ko so se v prvi jutranji zarji kazali obrisi naše domovine Jugoslavije, takrat je zaplapolalo tudi v naših prsih — v prsih sokolskega naraščaja — veselo upanje in živahno gibanje. Po dolgem času so se jele zbirati okolu sokolskih telovadnic čete malih sokolov, ki so z živim ognjem v očeh komaj čakali, da se jim odpro vrata telovadnic, ki so jim bila dolga leta zaprta. Začutili ste tudi vi, da se obetajo drugi časi, da nastopa novo življenje svobode. — In polnile so se v tem času sokolske telovadnice, da je skoraj primanjkovalo prostora.

Večji, ki ste že poznali in pred vojno pohajali sokolsko telovadbo, ste samozavestno vstopili v telovadnice in se čutili domače, mlajši pa, ki doslej sploh še niste videli telovadnice od znotraj, ste plahih korakov in boječe stopicali v tem — za vas — novem svetu. Toda po prvi telovadbi ste bili že vsi ena družina in veselih obrazov ter navdušenih src ste zapuščali telovadnico z željo, da skoraj pride dan, ko se boste zopet zbrali pri telovadbi. Hitro vam je mineval čas in bližali so se dnevi pešizletov in javnih nastopov. — Prvi pešizlet je bil napovedan. Bilo je priprav in pogovorov! In kaj še-le pred javnim nastopom, ko ste hoteli javnosti pokazati, kakšno je vaše delo v telovadnici, kaj že znate. To je bil vaš prvi praznik — praznik sokolskega naraščaja — in vsak izmed vas se je dostojno pripravil za ta dan.

„Dobro ste se odrezali za prvi nastop,“ je bila edina pohvala iz ust vašega vaditelja po javnem nastopu. Razumeli ste ga, da delo ni dovršeno, da se mora nadaljevati, da še dolgo niste dospeli na svoj cilj, ki

vam še ni bil povsem jasen. Sokol ne pozna miru, vedno višje in višje se mora dvigati, zakaj njegov smoter leži v nebotičnih višavah in ni lahko dosegljiv. In tako je šlo naprej. Prišli ste do spoznanja, da vaše delo v telovadnici ni bilo namenjeno javnemu nastopu, da ima drugi pomen, da ima višji smoter.

Če hočemo prav oceniti svoje delo in ustvariti pravo bilanco o preteklosti ter si začrtati pravilni načrt za bodočnost, moramo v prvi vrsti poznati svoj namen, svoj cilj. Kaj hočemo, zakaj telovadimo?

Sokolska telovadba ima dva smotra. Prvi je ohranitev zdravja, oblažitev vseh onih zlih vplivov, ki jih ima naše vsakdanje življenje na razvoj človeškega telesa. Kakor železo zarjavi ter ga rja sčasoma razje in uniči, ako leži nerabljeno, podobno je tudi s človeškim telesom. Čim bolj miruje in živi v brezdelju, tem bolj slabi, tem bolj je izpostavljeno raznim boleznim, tem slabše se razvija. Treba mu je torej gibanja in telesnega dela. Ker se pa mladina — zlasti v mestih — vsled pohajanja v šolo in učenja večinoma premalo giblje, kar je za razvoj mladega telesa škodljivo in neprimerno, zato skušamo to potom telovadbe in gibanja pod milim nebom nadomestiti ter s tem ublažiti slabe posledice, ki jih ima bivanje v šoli in duševno delo na razvoj mladega telesa. Pa tudi delo odrasle mladine le enostransko vpliva na telesni razvoj, zato je tudi za ta del mladine telovadba potrebna. Telovadba torej ojači človeško mišičevje, okrepi prsa in srce ter sploh dobrodejno pospešuje pravilno rast mladih ljudi. Ker pa se pljuča najbolje razvijajo v čistem in svežem zraku, zato naj se vse telesne vaje vrše kolikor mogoče pod milim nebom, zato naj mladina goji telovadne igre, plavanje in druge telesne vaje v vsakem letnem času, kolikor mogoče v prosti prirodi. Seveda razne vremenske razmere ne dopuščajo vedno bivanja pod milim nebom, in da v tem času ne zastane telesno delo, zato imamo telovadbo v telovadnicah. S tem smo označili prvi smoter in pomen sokolske telovadbe.

Sokolska telovadba pa zasleduje še drugi cilj, ki ga pa mnogi prezirajo, ker ne leži tako na dlani, kakor oni, ki smo ga pravkar razložili. Sokolska telovadba vpliva tudi na duševno izobrazbo človeka, ona vcepi človeški duši razne vrline in kreposti, ki naj krasijo vsakega človeka in potom katerih postane človek prikupljiv in priljubljen v človeški družbi. Sokolska telovadba ni sama sebi namen, uporabljamo jo le kot sredstvo za doseg drugih ciljev. Duševne vrline, ki si jih pridobimo pri sokolski telovadbi, so: pogum, močatost, odločnost, prizanesljivost, zmernost, ubogljivost in prijaznost ter čut za red in snago. Pravi Sokol je pogumen, ne pozna strahu in si zna v nevarnosti pomagati. Tudi za svojega brata ima odprto srce ter mu je v nezgodi v pomoč in tolažbo. Pri svojem delu je odločen in premišljen, ponosen sicer, da je Sokol, a ne zaničuje nikogar. Bratstvo in enakost sta mu vedno v mislih. Živi vedno in povsod po sokolskih načelih, ki so mu sveti in jih nikdar ne onečasti. Napram starejšim je ubogljiv, uslužen in prijazen. Sokol pozna red in

snago v telovadnici in doma. On ljubi svojo domovino in svoj narod nad vse. V mislih domovina, v pesti sila, a v sili lepota, v srcu odločnost, a v odločnosti dobrota, to je naš cilj. Tak je in mora biti vsak Sokol in vsak Sokolič. Kdor pa ne stremi za tem ciljem in ne misli živeti po sokolskih načelih, ta ni za to družbo, zapusti naj sokolske vrste in sokolsko telovadnico.

Zdaj, ko poznamo namen in pomen našega dela v telovadnici, ko poznamo sokolsko življenje, pa roko na srce, dragi prijatelji in pogledjmo nazaj v prvo leto našega mladega življenja in delovanja. Kako izgleda naša bilanca?

Kar se tiče prvega smotra sokolske telovadbe, lahko z mirno vestjo gledamo v prefeklost. Tu nam kaže bilanca le napredek in prirastek. Vsi naši javni nastopi so pokazali, da goji sokolski naraščaj pravilno telovadbo.

Ni pa vse v redu glede drugega našega smotra. Bodimo odkritosrčni! Mnogo podivjanosti je bilo, v nas, nismo se vedli doslej tako, kakor nam narekujejo sokolska načela. Večkrat nas je zadela trda beseda vaditelja, a še ta ni vselej zalegla. Vpitje in nespodobno obnašanje nas je spremljalo na poti v telovadnico in domov. Razmetana je bila naša obleka v oblačilnici, telovadnica pa večkrat ni imela sokolskega lica, ko smo bili zbrani pri svojem delu. Marsikatera grda beseda je padla iz naših ust, ki bi se je morali sramovati v pošteni družbi. Tako ne sme iti dalje! Tu kaže naša bilanca grde nedostatke, ki jih moramo odpraviti v prihodnje, da bomo res sokoliči in da nas ne bo sram, ko vstopimo v sokolske vrste. Čisto mora biti naše življenje kot je čisto jasno nebo!

Še en pogled nazaj! Ali smo se ogibali vselej pogubnega alkohola in nikotina, teh najhujših sovražnikov človeškega zdravja. Alkohol in nikotin uničita vse, kar smo si s telovadbo pridobili. Čemu torej zapravljati zaklade, ki smo jih s težkim delom nabrali. Proč torej z njima!

Razna poročila, ki smo jih prejeli o delovanju sokolskega naraščaja v preteklem letu, povdarjajo, da se je naraščaj strogo držal teh načel. A povsod ni bilo tako! Naš naraščaj mora biti v prihodnje v tem oziru boljši in sicer iz lastnega nagiba in prepričanja, ne šele na opomin vaditeljev. Zavedati se mora, kaj je zanj dobro in prav, kaj škodljivo in neprimerno.

Izid naše bilance torej ni slab, a kaže pomanjkljivosti, ki jih moramo takoj odpraviti. Brez izgovorov in obotavljanja skupno z vsemi silami na delo! Treba bo nekaj boja in zatajevanja, toda trdna volja, ki jo imamo, bo premagala vse zapreke. Zavest, da smo del Sokolstva, ki ne pozna slabosti in napak — ne telesnih ne duševnih — nas bo podžigala v izpolnjevanju naših trdnih sklepov, da se poboljšamo. Prihodnja naša bilanca pa bo izkazala na vsej črti samo napredek in dobiček.

Kvišku srca, deca naša, ti ponos naroda! Zavedaj se, da si del one domovine, ki mora biti velika in slavna. Tej domovini služiti, bodi tvoj

ponos in veselje. Da izpolniš svojo veliko nalogo, vedi, da moraš biti telesno in duševno zdrav in čvrst rod, ker sicer propadeš in s seboj pokoplješ tudi svojo domovino!



Za neodrešene brate. •



o bitki na Beli Gori, v kateri je padel cvet češkega naroda in je bila uničena njegova svoboda, je sledilo dolga stoletno suženjstvo, polno muke in zatiranja. Narod češki, velik in slaven, je v tej dobi polagoma izgubil vse pravice, ošabni tujec mu je ukradel zemljo, zatrl njegov jezik, kakor da je češko ime za večno izbrisano iz zgodovine narodov. Toda narod je živel, čeravno zatiran in preganjan, ker nasilje more narod sicer potreti, ne more ga pa ugonobiti. V polovici devetnajstega stoletja je vsled vpliva francoske revolucije začela v vseh potlačenih narodih tleti na novo probujena narodna zavest in želja po svobodi. Tudi češki narod je začel zopet vstajati, toda bil je slab in raztrgan, mogočni njegov sovražnik mu ni pustil niti dihati.

Tedaj je vstal Tyrš. Mož širokega obzorja, učenjak, ki je svoj narod ljubil nad vse. Videl je vse trpljenje, občutil težko sužnost svojega naroda, videl je pa tudi grehe, ki jih je rodilo suženjstvo, needinost, pomanjkanje samozavesti in narodnega ponosa, ki so provzročili, da je narod mirno in udano prenašal vsa nasilja in polagoma propadal. Z glasom preroka je zaklical svojemu narodu: Narod ti moj! Ali si pozabil na svojo slavo, na svoje dede, ki so svobodno gospodarili na svoji zemlji, ki so nosili tvoje ime slavno in spoštovano od prijateljev strah in trepet sovražnikom po širnem svetu, na svojo nekdanjo, že davno ugaslo svobodo. Glej, stoletja trpiš v suženjskih sponah dednih sovragov, ki te obdajajo od vseh strani, ki komaj čakajo tvoje smrti, da si razdele tvojo dedščino. Zdrami se, dokler je še čas! Pomni, da ni še noben narod poginil vsled tuje sile, pač pa vsled lastne brezbriznosti, nezavednosti in hlapčevske ponižnosti. Pomni svojih slavnih dedov! Tudi oni so imeli sovražnike, ki so jih hoteli oropati svobode in jih uničiti z ognjem in mečem, toda niso se ustrašili. Sila in hrabrost, ljubezen do domovine in svobode, mogočna samozavest, bratstvo in enakost, v tem je bila njihova sila in moč, katere ni zmoglo nobeno nasilje. Zato kvišku srca! Pognemajmo svoje dede! Bodimo zdravi in močni, bodimo samozavestni,

bodimo si bratje, pravi, resnični bratje, ljubimo svojo domovino in posvetimo njeni svobodi vse svoje sile in ni je moči na svetu, ki bi mogla preprečiti, da ne bi dosegli svoje popolne svobode. Zato na delo! Krepimo si svoja telesa in svojega duha, združimo se za nesebične, požrtvovalne borbe proti vsem sovražnikom.

Mogočno je donel Tyršev glas in okoli tega velikega učitelja se je zbiral narod. Češko Sokolstvo je postalo mogočna narodna vojska, sokolska ideja je prerodila češki narod, ki je začel z obupnim naporom boj za svobodo. Komaj je preteklo pol stoletja, in češki narod je svoboden. Legije sokolskih bojevnikov so se borile na vseh bojiščih sveta, doma v sokolski telovadnici vzgojeni narod je osvobodil sebe in svojo zemljo tujih gospodarjev in danes stoji na straži Sokol povsod na mejah svoje osvobojene domovine močan in zvest.

Tudi jugoslovanski narod je trpel v stoletni sužnosti, tudi on je čul mogočni glas Tyršev, ki ga je dramil in klical na delo. Jugoslovansko Sokolstvo je s svojim junaškim, nesebičnim delom in s svojo krvjo gradilo svojemu narodu svobodo. Kakor straža so gnezdili Sokoli po vseh krajih lepe naše domovine, borili se in dvigali narod k bratstvu in enakosti ter gojili zvesti in krepki zarod, mlade borce za svobodo. Danes je tudi jugoslovanski Sokol svoboden in z njim njegova domovina, ki jo ponosno straži in za katero je pripravljen vedno v obrambo. Toda sto in sto sokolskih gnezd je uničenih, tisoči zvestih Sokolov ječe v krutem suženjstvu, tisoči in tisoči sokolskega zaroda zaman čakajo pomoči. In tudi ti so bili zvesti bratje v dneh borbe, krvaveli so z nami, ki smo danes svobodni, za svobodo domovine! Ali naj jih zapustimo? Ali bi ne bilo to najhujše izdajstvo? Bili smo jim bratje nekdanj, bodimo jim tudi danes. Na svojem praporu nosi Sokol veliko geslo: Bratstvo in Svoboda, ali je mogoče bratstvo brez zvestobe? Ali se smemo zadovoljiti z lastno svobodo, ako so tisoči naših bratov zaslužjeni?

Tega Sokol ne bo storil, ker ne sme, ker bi postal nezvest samemu sebi in svoji veliki ideji. Vsi za enega, eden za vse, s tem geslom je začel Tyrš svoje delo, to geslo nas je spajalo kakor mogočna vez v sreči in nesreči in v slavnem — komaj minulem — boju za svobodo. Ali naj se ta vez pretrga?

Štiristotisoč bratov ječi v tujem robstvu, zemljo, od pradavnine našo, tepta tuji nasilnik, gorje in nesreča in obup vladajo v srcih vseh teh najbednejših naših dragih, kdo naj nanje misli, ako ne Sokol? Mladi brat, prosto dihaš svoj zrak, nihče ne žali ne Tebe niti Tvojih dragih radi Tvojega imena, nihče ne grozi z ječo, ker govoriš jezik svojih dedov, prosto in v polni meri uživaš lepoto domače pesmi, se napajaš z znanostjo in umetnostjo, prosto krepiš v sokolski telovadnici svoje mlade ude, nihče ne psuje Tvoje matere in Tvojega jezika, ki si se jih učil ljubiti od prvega dne, ko si se začel zavedati svojega življenja. Bratec moj mladi, tam pod Triglavom, ob bistrí Soči, na kraških trdih tleh, v cvetočih Brdih in ob sinjem morju tisoči Tvojih bratcev in sester

vsega tega ne smejo. Kruta pest jih zatira, jih izganja iz šol, jim vsiljuje svoj tuji jezik, ugonablja njih roditele in jih hoče oropati zemlje. Sužnji so ti Tvoji bratje in sestre, trpljenje je njih delež. Vzgojiti jih hočejo za janičarje. Tega pa nočejo. V cvetju in zelenju se bleste sedaj Brda in Vipavska dolina, toda tisoči domov leže tam v razvalinah; mogočno šumi Jadransko morje, široko odprto čaka tržaško pristanišče tujih ladij in z njimi kruha, toda po vsej tej zemlji postopa tvoj bedni brat lačen in brez dela, mali bratci in sestre prosijo kruha, ki ga ni od nikoder. Vsi ti upirajo željno svoje poglede proti tvoji domovini, k tebi in tvojim, vsi ti dvigajo svoje roke in prosijo: Bratec, sestrica, pomagaj!

Ali ti ne trepeče srce bratskega sočutja, saj so vsi ti tvoji bratje in sestre, saj so tudi oni željni sreče, svobode, šole, kruha!

Tujci, ki so nam imeli dati našo pravdo, so nas ogoljufali in brate zaslužnili. Ali boš čakal, da bo tujec postal pravičen? Ne, nikdar se to ne bo zgodilo. Napel bo vse svoje sile, da uniči te tvoje zaslužnjene brate ter jih raznarodi, ne pričakuj od njega pomoči niti pravice, ker jih ne pozna! Le ti, ki si njihov srečnejši brat, ki si svoboden, ti jim moreš in moraš pomagati! Kako? Uči se, da jih spoznaš, vzljubi jih, misli vedno in povsod na oropano Primorje in Ziljsko dolino, kakor je mislil tvoj srbski brat na Kosovo, tako dolgo, dokler ni bilo osvobojeno. Krepi si svoje mišice v vedni misli, da čakajo stotisoči bratov tvoje pomoči. Zbiraj svoje male darove za bedne bratce in sestre, največ pa jim daš, če jih nosiš v svojem srcu vedno in povsod, da si jim pravi zvesti brat! Ti tvoji bratje potrebujejo velike pomoči, mnogih žrtev in velike ljubezni. Le tedaj jim bo pomagano, če boš ne le ti, ampak vsi svobodni bratje z enako vnemo in ljubeznijo mislili in delali zanje! Zato se je osnovala velika vsenarodna organizacija, ki si je nadela ogromno nalogo, lajšati vsem tem stotisočem tvojih bratov, gorje, podpirati jih kot prava skrbna mati — Jugoslovanska Matica. Kaj je Tvoja dolžnost? Da pomagaš Matici, da jo podpiraš, da delaš vse to, kar te ona uči! Ona te uči z resno besedo: Sinko mali, hčerka moja, ali misliš na svoje brate in sestre, ki trpe pod tujim robstvom, ali si kaj žrtvoval zanje, ali misliš na njih odrešenje? Koliko jih je med njimi, ki so ti dvakrat bratje, bratje po krvi in bratje — Sokoli! Ali me odpustiš praznih rok, brez tople besede, ako pridem k tebi v njihovem imenu. Ne pozabi nikdar svojih dolžnosti do bratov, ne pozabi nikdar na Jugoslovansko Matico, ker pustiti brate v nesreči brez pomoči — je izdajstvo, je zločin.



Pot v svobodo.



ovačev Tinček je dovršil dvanajsto leto. Vesel je bil in poln zdravja. V urah, ko je solnce bilo najradodarnейše in so se njegovi žarki poigravali v razgretem zraku, je Tinček same razposajenosti in poln dobre volje preskočil desetkrat, dvajsetkrat in še večkrat potok, ki je hitel za hišo naprej na zelena polja pod vasjo. Naslanjal se je čez brv in se z roko poigraval s čisto vodo gorskega potoka. Razdraževal je potok v njegovi mirnosti, in kakor bi ga tuintam ujezila njegova ponosna samozavest in svoboda, je Tinček nabral kamenjev na poti in jih s hitro naglico nametal v vodo, da je šumelo in pluskalo, kakor bi se potok razjezil nad fantovo razposajenostjo in bi ga hotel zagrabit in potegniti k sebi.

Kovačeva hiša je bila tesna in mala. Najmanjša izmed hiš v vasi. Tinček je imel bratcev in sester toliko, da je moral šteti po vrsti od najstarejšega doli, ako je hotel povedati njih število. Okna v izbi so bila mala, ozka in nizka, da je bilo komaj videti nebo, ki se je smehljalo nad poljem pod vasjo.

Mlada duša mladega Tinčka je težko čutila težo zatohle sobe; neznanu hudo mu je storilo, ko je gledal skozi okno zelena polja, ki se vzpenjajo vedno više in više in tam v daljavi preidejo v gozd, ki je kakor veliko in čudežno kraljestvo razprostrto po gori. Ves otožen in hudo potrtn je sedel pri oknu. Matere zapoved, da mora sedeti doma in ne trgati obleke in črevljev tam zunaj, mu je bila kamen na srcu.

V svoji bolesi je premislil na posledice, ako bi kljub materini prepovedi, zapustil to domačo ječo in bi šel ven iz vasi, daleč tja gori v gozd, kjer je toliko svobode, toliko lepih skrivališč in toliko ptičjih gnezdov. Premislil je prav tja do noči, ko bi se vračal in bi se boječe bližal hiši in bi mati stala z brezovko na pragu in bi mu od daleč grozila s kričavimi besedami.

Premislil je — in ona materina nevolja je ugasnila v plamenu svobode, ki je tam zunaj. Zamislil se je v kraljestvo gozda in v širokost svobode v njem — in pozabil je na materino prepoved.

V mladi duši je bilo tako silno veliko hrepenenja po širni prostosti, da se mu je zdelo, da se mora v tem hipu zgruditi na tla, ker bi mu počilo srce samega hrepenenja. Umrl bi pod ozkim in nizkim oknom, brez solnca na obrazu, brez petja ptičev naokoli. Strašna misel — misel na smrt v nesvobodni sobi.

In hušknil je skozi vrata in odšel je v kraljestvo velike svobode.

Tam gori, visoko v gozdu, je poznal smrekovo drevo, na katerem gnezdiyo sokoli. Ko je pobiral suho vejevje, je slišal njih klic. Rad bi se

vzpečel do gnezda takrat in bi povprašal po njih željah — pa je bil že mrak in pot domov še dolga.

Danes jih obišče. Danes jim pogladi boječe glavice. Srce je trepetalo in v duši je bilo kakor vihar, ki divja. Pod smrekovim drevesom je živo poberkovanje — mladi so šli iz gnezda, da poizkusijo silo svojih mladih peroti. Živo kličejo in vabijo in Tinčku se zdi, da ga kličejo bliže. bliže.

Bliža se tiho in oprezno. Pa ko se približa in iztegne roko, med prsti drobtinico kruha, odleti mladi ptič više in više. Pa zopet vabi in kliče. In Tinček se zopet bliža. Šepeta mu mile besede, vabi, prosi, da bi priletel kar naravnost na roko in vzel drobtinico iz prstov. Saj mu ne bo storil nič hudega. Samo pogladil bi ga in bi mu pošepetal mehko besedo, potem pa bi ga izpustil v širono svobodo.

Ptič odleti. Tinček se zopet bliža. Ves popoldan tako. Solnce se že nagiba. Tam daleč v dolini je Tinčkova vas. v njej hiša in pred hišo mati z leskovo palico.


Ptič odletuje više, vedno više na vrh gore. Tinček se mu bliža, tih strah mu leze v dušo. „Tam daleč je vas, in mati —“

„Vas lega v mrak, tu gori pa je solnce, večno solnce. Pojdi, pojdi!“ In Tinček je šel za ptičem, mladim in življenja polnim ptičem, ki je rojen v svobodi in namenjen za življenje v jasni in čisti svobodi.


Takrat, ko je dolina ležala v mraku, je Tinček vrh gore držal mladega ptiča v rokah. Duša mu je vriskala in srce je bilo polno sreče.

„Živ in svoboden s svobodnim na svobodnih tleh.“ —

Ko se je Tinček vrnil v hišo matere, mu je mati vse odpustila z besedami: „Pot v jasno svobodo s čistim srcem ti je vedno odpuščena, sinko moj!“



Od solnčnih brd preko Gorice — bele golobice, nad Trstom — ključem naših zakladnic, čez Pulj — oko Ciklopa-velikana, tja do gnezda sokolovega v Dalmaciji, kjer je junaku Batu počilo srce, se vije črni prapor, ki senči z mrtvaškim plahutanjem severni rob zibelj Slovenstva — naš dragoceni Korotan!



J. JERAS:

Zgodovina telovadbe.

Uvod. — Telesne vešte najstarejših narodov. — Telovadba Grkov.

Dragi mladi bratje!



ko vas kdo vpraša, zakaj vam predavajo učitelji slovnico, računstvo, zakaj telovadite, imate takoj pripravljen odgovor: Zato, da se naučimo pravilno govoriti, da se naučimo računati, zato, da si krepimo telo in si ohranimo zdravje. Ako se vas nadalje vpraša, zakaj se učite zemljepisja, tudi niste v zadregi z odgovorom: Spoznati moramo Jugoslavijo — našo domovino in celo zemljo, ki je domovina vsega človeštva. Toda v zadregi ste mogoče, ako vas nekdo vpraša o koristi zgodovine. — V vaših letih se vam zdi človek 50tih let že zelo star; ali kaj naj rečete o ljudeh, ki so živeli pred sto, dvesto, tristo in še več leti? Brezdvomno mislite, da nimate z njimi nobenega opravila več, da naj v miru počivajo v hladni zemlji — namesto, da vam delajo preglavice z učenjem njihovih imen, dejanj in letnic.

Toda varate se, dragi prijatelji, ako mislite, da je preteklost daleč za nami; ona je naš bližnji sosed. Vemo, da je preteklo že 1920 let od Kristusovega rojstva — velika številka, kaj ne? Ali vendar bi zadostovala vrsta od 25 do 30 ljudi, da bi se prišlo do dneva, ko je prišel Kristus na svet in sicer na ta način, da bi si podali roke in se postavili v vrsto člani ene rodbine do svojega začetka: sin, oče, ded, praded, prapraded itd. — Človeštvo bo torej moglo govoriti o starodavnih časih šele takrat, ko bodo pretekli tisoči in tisoči let. Toda v sedanjem času, v katerem živimo, ne moremo reči o nikomer, da je umrl že dávno.

Zato nimate pravice, obračati hrbta preteklosti. Ker nam je ona tako blizu, se moramo zanjo zanimati.

Zgodovina nas uči o preteklosti. Spoznavanje in znanje zgodovine je posebno jasna razlika med človekom in živaljo. Žival ne ve poteka zgodovine svoje rase od pričetka do danes. Živali je podoben tudi oni človek, ki ne ve ničesar o svojih prednikih. Te mora poznati in zasledovati vsakdo do tistega časa, ko so ljudje živeli še popolnoma enostavno, ko so se skrivali po votlinah, kamor so prinašali divjačino z lova in so srkali mozeg iz kosti, ki so jih razbili s kamenitimi sekirami. Vsakdo mora poznati ono lestev, po kateri je prišlo človeštvo do današnjega dostojanstva. In pravi čut o človeškem dostojanstvu nam podaje edinole zgodovina.

Zgodovina nas uči ljubezni do domovine, do junakov, ki so prelili svojo kri za našo svobodo in za vstajenje naše lepe in bogate Jugoslavije. Zgodovina nas uči o splošnem razvoju in napredku vsega človeštva.

Mladi bratje! V sokolskih telovadnicah si krepite telo in dušo. Radostni hitite v sokolsko družbo, ker v njej je bratska ljubezen in poštenje; v tej družbi najdete tudi razvedrila. Vroča želja vas vseh je, da postanete dobri telovadci in dobri Sokoli, taki, kakršne vidite v starejših svojih bratih. Kot dobri Sokoliči morate poznati tudi zgodovino telovadbe, zakaj tudi telovadba ima svojo zgodovino, ki je obširna, pa tudi zelo zanimiva. O zgodovini telovadbe Vam hočem danes in v prihodnjih številkah „Sokoliča“ nekoliko povedati.

Že najstarejši narodi, ki so živeli mnogo in mnogo stoletij pred Kristusovim rojstvom, so več ali manj gledali na lepoto svojega telesa. O tem nam pričajo razni zgodovinski spomeniki, ki so se ohranili do današnjega dne. Ti stari narodi pa vendar niso vadili in krepili svojih teles po telovadnih načrtih, kakršne poznamo sedaj. Način in okolnosti njihovega priprostega življenja so jih primorale, da so se pobrigali za močno in razvito mišičevje. Pranarodi so bili večinoma lovci. Obdelovanja zemlje niso poznali. Divjačina jim je bila najvažnejša hrana. V borbah z divjimi živalmi so morali biti močni in spretni. Smisla o pravi telesni lepoti, o vzgojnih lastnostih, ki jih vsebuje telovadba za posameznike in za celokupnost, niso imeli in jih niso poznali.

Pri poznejših narodih, o katerih ima zgodovina mnogo točnejših podatkov, so prešle borbe prastarih ljudij z divjimi zvermi na borbe človeka proti človeku, naroda proti narodu. Med ljudmi in med narodi so nastala sovraštva, ki so bila vzrok vojskam. Za vojskovanje so bile tudi takrat potrebne različne telesne izvežbanosti, posebno kar se tiče uporabe orožja — in v tem so se izurili vojaki.

Mnogo je narodov, ki so živeli neposredno o Kristusovem rojstvu in še mnogo stoletij prej, pri katerih se je razvila telovadba — seveda še vedno brez njenega pravega umevanja — na lepo stopnjo.

Vsak ljudskošolski šolarček pozna n. pr. Izraelce, ime starega azijskega naroda. Komu tudi ni znana zgodba o Golijatu in Davidu in pa ona prikazen o orjaškem Samsonu! Golijat se nam predstavlja kot orjak, velikan, mišičastega telesa, močan tako, da bi lahko za malo južino pohrustal neznatnega Davida, ki se mu je postavil nasproti. Ampak tudi mali David je imel mišice in te jako prožne, bil je gibčen in spreten, posebno v streljanju s pračo; ž njo je tudi premagal in pobil na tla orjaškega in neokretnega Golijata. — Izraelci, h katerim je pripadal David, so bili zelo vešči v streljanju s pračo. Poleg tega so gojili druge telesne vaje: metanje kamna v višino in daljino z levo in desno roko, streljanje, tek, skok v daljino in višino, plavanje, lov, bili so žogo in prirejali plesne igre. Spoštovali so močno in razvito telo, vsled česar so tudi ljubili telesne vaje.

Ali ne samo Izraelci, temveč tudi drugi narodi, ki so živeli v tej dobi in pa še prej, so se več ali manj zanimali za telesne vaje in jih gojili.

Vam vsem so poznana imena nekaterih teh narodov: Kitajci in Japonci, Egipčani, Indijci, Perzijci, Babilonci in Asirci.

Posebno od Egipčanov je ohranjenih mnogo najstarejših zgodovinskih spomenikov, na katerih vidimo ljudi — krepke postave in izrazitih mišic. Ti spomeniki nam svedočijo, da so dosegle telesne vaje pri Egipčanih že zelo visoko stopnjo. Bili so posebno dobri vojaki in vojaška služba je bila pri njih ena najčastnejših služb. Hrabro so se vedno branili proti sovražniku za svojo domovino. Na egiptovskih spomenikih opazimo, da so imeli Egipčani mnogo smisla za telesno moč in okretnost. Na teh spomenikih vidimo, kako se vadijo egiptovski vojaki v korakanju, ter se urijo s kopjem in z mečem v mišičasti roki. Kažejo nam, kako skačejo vojaki čez široke jarke, kako se vzpenjajo po visokih lestvah na mestno obzidje, kako se bore z neprijateljem. Gojili so tudi različne igre kakor Izraelci in drugi istodobni sosedni narodi. Da so bili Egipčani res silen narod, nam na vsak način najbolj dokazujejo mogočne piramide, ki še danes kažejo nekdanjo moč in slavo.

Nečemo se, dragi mladi bratje, še nadalje zadrževati pri telovadbi vseh teh zgoraj omenjenih narodov, ki so sicer vadili telo na različne načine, toda brez vsakega reda in brez resničnega pojmovanja o pravi telovadbi, zasledujoči edini namen, okrepiti ljudstvo za boj proti sovražniku.

Šele stari Grki so bili prvi od starih kulturnih narodov, ki so pravilno razumevali telesno vzgojo. Oni so prvi spoznali, da se mora telo vzgajati po nekem redu, da se istočasno z vzgojo telesa vzgaja tudi duša, česar narodi pred Grki niso poznali. Ako se vzgaja istočasno s telesom tudi duša, pridobi človek odločnost, hrabrost in čvrsto voljo in s tem vztrajnost za koristno delo in napredek ne samo poedinca, nego vsega naroda in vsega človeštva. Da, Grki so prvi narod, ki so se zavedali potrebe in koristnosti telovadbe. Po grških državnih zakonih je bilo zapovedano telovaditi. Koliko je v grški zgodovini slavni mož, pisateljev, učenjakov, kiparjev i. t. d., ki nam pričajo s svojimi deli o vzvišenosti telesne vzgoje svojega naroda.

Filozof Lucijan pravi: Telo in dušo moramo vzgajati s telovadbo. Ni pametno, da se vzgaja dušo oddvojeno od telesa, zakaj telesne slabosti človeške narave se morajo poboljšati in izenačiti z dušo.

Telovadba je imela pri Grkih krasne uspehe. Knjige in kipi iz grške dobe nam govore o lepoti, razvoju, popolnosti in moči grških teles.

Kdo izmed vas, dragi prijatelji, ne pozna ime orjaka Herkula. Še danes pravimo o močnem človeku: močan je kot Herkul, ali pa — herkulovo moč ima. Kdo je bil Herkul? Bil je najslavnejši junak v grškem božanstvu, sin boga Jupitra. Junona, žena Jupitrova, jezna na Herkula, je poslala k njegovi zibeljki dve velikanski kači, da ga požro. Toda kaj je storil Herkul še kot dete? Zagrabil je kači s svojima rokama in jih zadavil. Ko je postal velik, se je odlikoval po svoji veliki rasti in po

nenavadni moči. Njegov brat Evrist ga je prisilil, da je napravil dvanajst najnevarnejših, a za njega najslavnejših činov. Naj Vam omenim samo nekatere od teh. — Zadavil je s svojima orjaškima rokama velikanskega leva. Ubil je Diomeda, kralja Tracije, ki je hranil svoje konje s človeškim mesom. — Ubil je slovitega razbojnika Kakusa, ki je bil v grozo in trepet vsem ljudem. Premagal je centauro Nesusa — grozovito pošast z mnogimi glavami.

(Dalje prihodnjič.)



A. CIGOJ:

Glas sokolskemu naraščaju.



živimo v časih narodnega prebujenja. Doživeli smo svobodo, in s tem dnem se je pričela za nas nova doba, ki nam daje pogum in nas sili k vztrajnemu in smotrenemu delu. Vse se oživlja in napreduje in vsak hoče tekrovati.

Tudi Sokolstvo je po preobratu krenilo na novo pot, katera mora izbrisati iz duš našega naroda ono sled, ki jo je zapustila dolgoletna svetovna vojna. Sokolstvo zbira pod svojim praporom vse brate in sestre, ki so še ostali pri življenju in ki še niso izgubili sokolskega mišljenja. Marsikaterega je v času prisiljenega brezdelja zmanjkalo, in mnogo jih je, ki so pod težo naporov popadali in izginili v večnost. — Ostalo nas je vendar še nekaj. In ti smo se radi odzvali sokolskemu rogu, ki nas je ob preobratu klical zopet v telovadnice — na delo, ki prinese novo življenje. Vsi oni, ki so pojmovali pravi pomen Tyrševe ideje, so poprijeli radevolje za delo, da nadomestijo to, kar so zabranila dolga leta mrtve dobe. Vendar to število je majhno in zato so ti delavci jako zaposleni. Skoraj omahujejo pod težo bremen in nestrpno čakajo, kdaj doraste naraščaj, ki jih po možnosti odveže od teh svetih dolžnosti in nadaljuje s svežimi močmi začrtano pot sokolskega programa. Težko ti je danes to razložiti, draga mladina, koliko se žrtvujejo tvoji starejši bratje in sestre, da ti pripravljajo pot v bodočnost.

Mladina, tvoja dolžnost je, da spoznaš in da razumeš sokolsko misel, da bo s teboj rastla tudi volja in veselje do dela, ki ga pričakujemo od tebe. Mladeniči, mladenke, uvažujte požrtvovalnost svojih vaditeljev, spoštujte njih povelja in cenite visoko njihove opomine. Bodite prepričani, da Vam vaši vaditelji žele le dobro in da hočejo napraviti iz vas krepke in odločne mladeniče in mladenke, na katere bode in mora biti ponosen ves naš jugoslovanski narod.

Kako neobhodno potrebuje naš narod zdravih mladenk in krepkih mladeničev, to si danes v svojih mladih dušah ne morete predstavljati. Ali, ko Vas zanese usoda med svet, ko pridete v samostojno življenje, ko ne bo nikogar na vaši strani, ki bi vas ščitil in na katerega bi se mogli opirati, tedaj bodete znali upoštevati vrline, ki ste si jih prisvojili v sokolskih telovadnicah.

Sedaj ste v dobi, ko so vaša srca najbolj sprejemljiva za dobro in slabo. V Sokolstvu iščite zaščite, Sokolstvo vas želi videti v svojih vrstah, ono vas hoče vzgojiti v značajne narodne borce.

Za vas sokolska telovadnica ni samo ona streha, pod katero si krepite telo in jačite mišice, temveč pod njo najdete tudi duševnega razvedrila, ki vam oživlja voljo in daje pogum. — Zakaj, ako zahajate v sokolsko telovadnico in ako v njej telovadite, še niste dovršili vseh sokolskih dolžnosti. — Ako hočete biti res pravi Sokoli, morate uravnati vsa svoja življenjska pota po sokolskih načelih. Pa tudi na zunaj ne zatajite svojega prepričanja! Poštenost, narodnost, odkritost in odločnost ter pravo bratstvo se mora družiti s trdno voljo in zdravim duhom v vsakem pravem Sokolu, ki smatra sokolski program za oni sveti cilj, v katerem vidi človek svojo popolnost. Pokažite povsod in vselej, da si v sokolskih telovadnicah pridobivate le dobrih lastnosti, ker za slabe lastnosti tam ne sme biti prostora.

H koncu te spominjam, dragi naraščaj, še na tisoče in tisoče onih bratov in sester, ki živijo v zasedenem ozemlju in ki nimajo prilike, da se tako prosto gibljejo kot ti, temveč morajo čakati odrešenja pravice, ki mora zmagati in jih rešiti verig suženjstva. Tvoja dolžnost je, da se jačiš in bistriš, da boš pripravljen, ko pride čas, da raztrgaš verige svojim bratom raz rok in osvobodiš še one brate in sestre, ki trpe pod tujčevim nasiljem, da se bomo končno skupno veselili svobode.



J. Č.:

Skavtizem.



bursko-angleški vojni so Buri oblegali trdnjavo Mafeking. Poveljnik te trdnjave je bil angleški general Baden-Powell (izgovori Poel). Vedno bolj se je krčilo število braniteljev, zlasti pa je postajalo usodno pomanjkanje ljudi za izvidno službo, za prenašanje povelj itd. V tej sili si je pomagal general Baden-Powell na ta način, da je zbral v trdnjavi vse dečke od 14. do 18. leta in organiziral iz njih izvidne čete, ki so izborno služile svojemu namenu. Izkazali so se za zelo hrabre in celo spretnejše od izvežbanih vojakov.

Ta veliki uspeh je napotil po omenjeni vojni generala Baden-Powella, da je začel temeljito proučevati vzgojo mladine. To znanje, ki so ga uporabili njegovi mladi junaki v trdnjavi Mafeking

za dobrobit in v rešitev oblegane vojske, naj uporabi v mirnem času vsak posameznik v svojo korist in v korist svoje okolice. Na podlagi bogatih življenjskih izkustev je prišel general do zaključka, da potrebuje mladina skrbne in vsestranske telesne in duševne izobrazbe, da se oboroži za življenje v prid posamezniku in celokupnosti z zdravimi in plemenitimi nazori o življenju, da vzljubi delo, da postane toraj telesno zdrava, čvrsta in značajna.

Ta načrt je rodil l. 1908. po prizadevanju Baden-Powella angleško mladinsko organizacijo pod imenom „Boy Scout“ (izgov. boj skavt), ki se je z neverjetno hitrostjo razširila po Angliji. Po preteku prvih treh let je že štela nad milijon članov samo na Angleškem. Razširila pa se je tudi po ostalem svetu. Amerika je dosegla isto število skavtov kakor Angleška. Večje ali manjše število skavtov pa so imeli Nemci, Švedi, Norvežani, Danci, Belgijci, Holandci in Francozi. Poljaki, Italijani, Španci, Švicarji in Čehi so šteli tudi do 6000 skavtov. Celo na Kitajskem, na Japonskem in v Siamu so se pojavile skavtske čete. Tudi naši bratje, Srbi, so imeli že pred vojno skavtsko organizacijo.

V čem pa obstoji vzgoja skavtizma? Glavni cilj skavtske organizacije je vzgoja mladine v dobre člane človeške družbe. Od začetnika se zahteva, da goji zvestobo in prijateljstvo, da je poslušen, da rad in brez obotavljanja priskoči na pomoč trpečemu, da je ljubeznjiv in odkritosrčen napram drugim, da ne laže, da podpira uboge, da stori vsak dan najmanj eno dobro delo itd.

Že te lastnosti znatno povzdigujejo človeka nad večino ljudi današnje dobe, v koji sta sebičnost in pa denar postala prava bogova! — Skavtizem pa vzgaja mladino tudi po praktični strani. V svojih društvih se skavti uče in navajajo k temu, da si vsakdanje in potrebne stvari nabavijo oziroma izdelajo sami. Na Angleškem se to vrši v posebnih, za to prirejenih delavnicah. Vsak skavt mora znati skuhati po nekoliko vrst jedil; znati mora dalje nuditi prvo pomoč pri različnih nezgodah itd. Ker pride pri svojem četovanju vedno v prosto naravo, se ga navaja in uči, da točno in vztrajno opazuje vse, kar se nahaja v naravi okrog njega. Zato se seznanja z rastlinstvom in živalstvom, pozna koristne in strupene rastline. Navaja se ga k prisotnosti duha, t. j. da zna v različnih nevarnih položajih hitro pregledati opasnost ter tudi način, kako se rešiti iz nje.

Da si pa zamore vsak posameznik vse te lepe in koristne lastnosti in znanja tudi ohraniti in vztrajati pri tem izobraževanju, za to je pa potrebna tudi vzgoja telesa.

Tudi to vzgojo je imel pred očmi ustanovitelj skavtske organizacije. Združil je z zgoraj navedeno in opisano vzgojo duše, značaja in volje tudi vzgojo telesa in to z vsakovrstno telovadbo (kot igre, proste vaje, skoki, plavanje, veslanje itd.). Kot telesu kvarno prepoveduje skavtom uživanje alkoholnih pijač in kajenje.

Kadar skavtom dopušča čas, tedaj se napotijo v prosto prirodo ter se brez pomoči drugih preživljajo ves dan pod milim nebom. Pri daljših izletih in potovanjih, ki trajajo več dni, tudi prenočujejo pod milim nebom. Vsak skavt ima svoj nahrbtnik, dolgo palico in majhen nož ter posebno obleko ali kroj, po katerem se razlikujejo od ostalih mladeničev. Njih organizacija jim predpisuje natančna navodila in zakone, po katerih morajo živeti, glasijo se: 1. govori vselej resnico, 2. bodi pravičen, 3. bodi koristen, 4. bodi prijatelj ljudij in ravnaj lepo z živalmi, 5. bodi varčen, 6. bodi vljuden, 7. bodi poslušen in reden, 8. bodi vesel, 9. bodi trezen (vzdržuj se alkohola in tobaka), 10. bodi čist v mislih, v besedah in v dejanju.

Ako staviš sedaj, ko si ravnokar čital o skavtskem načrtu, vprašanje, kakšne koristi nudi ta vzgoja posamezniku in kakšne celokupnosti, ni odgovor težak.

Posameznika se navaja že v zgodnji mladosti na društveno življenje, kjer spoznava boljše in jasnejše bistvo discipline kot n. pr. v šoli, dobi smisel za pravičnost, dostojnost, postane dober tovariš, ki podredi svoje osebne koristi zahtevkom celokupnosti. Z navajanjem k ostremu in točnemu opazovanju okolice, z navajanjem k praktičnemu, za življenje potrebnemu delu, in s krepitvijo lastnega telesa in volje se vzgaja vsakega v samozavesti, v vztrajnosti in v ljubezni do dela . . . Pravimo: mladina je up naroda! Od nje je odvisen njegov napredek, njegovo prospevanje! Pomisli sedaj, mladi prijatelj, kako silen bi postal naš narod duševno in telesno, če bi si vsak prizadeval približati se kolikor možno zgoraj opisanemu cilju. Zopet bi oživela sedaj skoro že nepoznana ljubezen do bližnjega, ljubezen do svojega naroda, do svoje rojstne grude, ljubezen do dela v prosep celokupnosti in ne samo posameznika. — Od tebe, mladina, je odvisen napredek in prospevanje naroda, smo rekli. Zavedaj se tega! Skušaj se, kolikor zamoreš, obvarovati slabih vplivov današnje dobe, stavi si svoj cilj v smislu kratko orisanega načrta angleškega skavtizma v samoizobrazbi, plemenitenju svoje duše in krepljenju svojega mladega, razvijajočega se telesa. Uspeh ne izostane, ako boš vztrajen in dosleden!

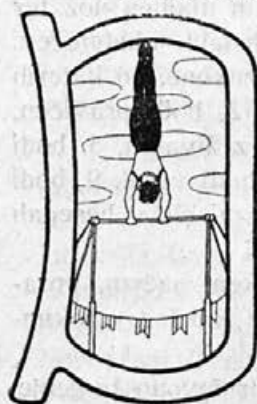
Vidim, mladi prijatelj, da me še želiš vprašati, kje in kako se lotiš tega dela. To edino ti še ni jasno. Tvoje žareče oči mi pričajo, da si želiš po svojih močeh delati v svoj in zaeno tudi v narodov blagor. Dobro tako! Ohrani to voljo in hrepenenje po izpopolnjevanju, **pristopi v vrste sokolskega naraščaja**, ki je za nas istega pomena, kot na Angleškem skavtizem. V naš dosedanji sokolski telovadni načrt za naraščaj se sprejme iz skavtskega programa nekatere obče koristne in potrebne panoge. Na vas, mladi sokoli, je sedaj, da s svojim delom pokažete, da ste enako zmožni napredka, kot vaši tovariši skavti po ostalem svetu.



J. JERAS:

Noč v Albaniji.

(Iz spominov na srbsko umikanje v zimi l. 1915—1916.)



Divja Albanija je zavita v blede svetlobo lune, ki je edini vodnik dolgi karavani srbskih beguncev. Po vešenih glav in tihi stopamo drug za drugim po tej temni zemlji, ki je grob tolikih nesrečnikov. Nihče nas ne vidi, nihče ne tolaži. Samo žalostna luna nas opazuje iz visokega neba in nam s podvojeno svetlobo kaže pot k neznanemu cilju . . .

Vsi smo enaki: goli, izstradani, pokriti z blatom, s snegom in z ledom . . . Trpljenje in žalost nam odseva iz obrazov, le v dnu srca še tli iskrica upanja, ki nas drži kvišku. Popolna enakost vlada

med nami!

Svet mir je okoli nas, zakaj noč je. S puško v roki sedi divji Albanec nepremično pred svojim domom, ki ga čuva pred izstradanim srbskim beguncem. Eden se je oddaljil od karavane, da ga zaprosi usmiljenja . . . Puškin strel se razlega v tiho noč, nesrečnik je za vedno rešen trpljenja.

Karavana se pomika naprej, neprestano naprej za svojim ciljem. Kam? Vprašam se: kje je naš odrešenik? Kdaj bo konec našega trpljenja? Ali še smemo upati v bodočnost? Kje je za nas življenje, ono lepo življenje, ki smo sanjali o njem? . . . Nihče mi ne odgovori. Noč ostane tiha, nema. V mojih prsih odjekne glas: Oh, ne, življenje ni praznik, ono je trda borba do dneva smrti. In orjaške so človeške sile v borbi proti strašni smrti v tuji zemlji! . . . Te sile, to moč, ki nam jih je dajalo upanje na rešitev, sem občutil to noč, opazujoč sebe in sotrpine. Izstradani, golih udov, pokriti z blatom, smo bredli ledene reke. Noge so se vdirale v globoko blato, s težavo smo jih izvlekli, toda morali smo odtod naprej, zakaj tu je bila smrt, mi pa smo si želeli življenja, upali smo v bodočnost.

Bila je že pozna noč. Onemogli smo se vrgli na zemljo, da se odpočijemo v skupinah okoli slabih ognjev v tej ledeno-mrzli noči. Nad nami se je razprostiralo širno nebo, naša edina streha; luna se je skrila za oblake, da ne vidi nesreče, strašne žalosti naroda, ki je moral bežati iz lastne zemlje, da si ohrani svobodo!

Okoli ognjev, v šumi, sede junaki, ki jih vsled trpljenja, zadanega po kruti usodi, ni mogoče spoznati. Težka tišina nas zavija v svoj tesni plašč. V lica vdrte oči izražajo grozo; nepremično zro v praskatajoči ogenj.

Noč se stemni, črna je in ledena. Tu in tam se čuje vzdih nesrečnika, ki počasi umira . . . Nikdo ga ne tolaži. Mirno umre in drugi mu slede!

Opazoval sem sosedno skupino mladeničev, sedečih okolu ognja. Objemajoč drug drugega okoli vratu, so nepremično sedeli v krogu. Glave so jim bile povešene na grudih. Mlada, onemogla telesa so bila potrebna počitka. Zaspanec, močnejši od gladu, jih je premagal. Drugi smo čakali zarje, boreč se s spanjem, ki nas je hotelo obvladati: Oh! ta noč, ta strašna noč! Ali je ne bo konec; ali nas bo res vse uspavala za večno? . . .

Skupina, tam okolu prvega ognja, se pripravlja na odhod. Da, nemogoče je tu še nadalje mirno vztrajati v tej mrzli noči. Moramo naprej, da se rešimo smrti, naprej za ciljem, ki nam daje upanje na rešitev. Kako daleč še?

Večina ognjev je ugašenih. Vstanemo. Udi so nam zamrzli od mraza. S težavo se približam skupini mladeničev, da jih obvestim o odhodu. Še vedno sede na istem mestu, okoli mrtvega pepela, s podvihanimi nogami, povešenih glav . . . Hočem jih prebuditi. Zaman: moj klic ostane brezuspešen . . . Dvignem glavo enemu izmed njih: Vstani, dragi brat, odhajamo! Nobenega odgovora . . . Težko pade glava zopet na prsi mrtvega heroja. Spal je večno spanje in z njim vsi tovariši v krogu. Stisnjeni drug k drugemu so ostali za vedno v tej temni noči. Smrt jim je vzela lepe, mlade sanje o boljši bodočnosti . . .

Potrtega srca sem se oddaljil od njih in hitel za karavano, ki se je počasi premikala v temno noč. Ali še ni dovolj žrtev na oltarju domovine? Ali je res ves narod zapisan smrti? Ne, ni mogoče, zakaj zapisano je, da bo pravica zmagovalka. Za nami so ostali tisoči grobov junakov-velikanov iz albanskih noči . . .



N. MAROLT:

Plavanje.

Uvod.



liža se poletje. Kmalu nas bodo obsuli solnčni žarki z vsem svojim veličastvom in z vso močjo, hoteč nam naomestiti vso ono toplo ljubezen, ki smo jo tekom dolgih mesecev težko pogrešali. Vabili nas bodo z nepremagljivo silo iz zaduhlih stanovanj, soparnih učilnic in pisarn, iz zaprašenih tovarn in delavnic ven v prsto prirodo. Kakor roji čebel se bodo usipale množice iz mest ter pohitele v okdlico uživat solnčno dobroto in blagodar čistega zraka.

Če se — vračajoč se domov — vprašamo, ali smo s takimi izleti izrabili dano nam priložnost v zdravstvenem oziru, ali smo izpili s tem čašo krepih zdravil, ki nam jih nudi narava vsako

poletje, do dna, ali smo dali priliko svojemu telesu, da se kar najbolje nasrka moči, ki naj ga usposablja v boju s svojimi sovražniki — boleznimi, moramo vsa ta vprašanja, čeprav neradi, zanikati. Gotovo je, da smo storili svojemu telesu precejšnjo uslugo, in da je nekaj še vedno boljše kakor nič. Nekaj pa še ni vse! Pripoznati moramo, da nismo popolnoma izkoristili zdravnih sredstev, ki jih nam nudi priroda, da smo prevarili samega sebe, ker nismo poklicali tudi še tretjega izmed modrih zdravnikov, ki so nam čez poletje istočasno in brezplačno na razpolago — vode. Solnčni žarki, čisti zrak in ohlajujoča kopelj v bistri vodi, to so oni trije prijatelji, ki nam krepijo in zdravijo tekom jeseni in zime oslabeledo ali celó obolelo telo in ki se v dobro našega organizma medsebojno podpirajo in izpopolnjujejo.

Komu izmed nas je neznan prijetni občutek po hladni kopeli, pa bodisi, da smo se kopali doma ali v kopališču. Čutiš se prerojenega, lahkega, kakor brez teže, in zdi se ti, da ti je voda odvzela nevidno breme, katero si potrpežljivo vlačil s seboj. Še večjo zadovoljnost in prijetnost pa občutiš pri hladni kopeli poleti pod milim nebom! Solnčni žarki imajo prosto pot do vsega telesa, izparivajo pôt, krepijo kožo, morijo ter izžigajo bolezenske kali neposredno in z večjo močjo — z večjim uspehom. In zrak? Kje najdeš čistejšega — prepojenega z gotovo količino vodnih hlapov — in za pljuča prikladnejšega kakor pri vodi in nad njo?

Žal, da jih je še premalo, ki bi na ta pametni način uživali naravne poletne darove. Večinoma se vračajo iz izletov oznojeni in zaprašeni v prepotenem perilu ter si domišljajo, v koliki meri so koristili svojemu zdravju. Njihovo lastno telo pa kriči po vodi in snagi, vkljub temu, da so hodili mogoče po cele ure ob vodi, kjer so imeli gotovo priliko za osvežujočo kopelj. Tako se zamuja ugodni čas dan za dnevom, teden za tednom, dokler se ne poslovi poletje od nas. S tem smo zamudili zopet za skoraj tri četrtine leta vsako možnost kopelji pod milim nebom.

Vzrokov za tako omalovaževanje je mnogo. Ta se izgovarja, da nima prave kopalne obleke, oni je zopet prekomoden — bolje prelen — da bi se slačil in oblačil, tretjega zadržuje napačno tolmačena sramežljivost, nekaj jih je, ki ne vedo, kako naj se med kopanjem zadržijo, da se ne prehlade, največ pa je takih, ki imajo strah pred vodo, ki jim sega čez koleno in si ne upajo prepustiti svojega telesa v okrilje mokremu elementu iz enostavnega in tehtnega razloga, ker ne znajo — plavati.

Medtem, ko so vsi drugi omenjeni vzroki prazni izgovori, je neznanje plavanja zadeva, ki je vredna velike pozornosti. Plavanje je idealno telesnovzgojno sredstvo, žal, pri nas še v povojih, prava pravcata ledina, brez smotrenosti in sestava. Neverjetno je dejstvo, da se o vrlih plavanja in o potrebi njegovega vežbanja ni do sedaj v naši javnosti skoraj še nikjer obširneje razpravljalo. Manjka nam po vsej deželi, osobito pa v mestih, dobrih — kaj šele vzornih — kopališč in plavalnic, in vendar je v vsakem količkaj večjem kraju potok ali reka pred nosom. V vsej

Sloveniji nimamo niti enega pokritega kopališča, kjer bi bilo omogočeno plavanje v vseh letnih časih in ob vsakem vremenu. Kdo bi se potem čudil, da je pri nas razmeroma tako malo dobrih, vztrajnih in vsestransko izšolanih plavačev, da nimamo niti enega društva, ki bi to stroko sistematično gojilo in razširjalo. Značilno je, da je pri nas stan plavalnih učiteljev ali mojstrov popolnoma neznan.

Te razmere so za vsakega, ki mu je telesni in nravni razvoj širših ljudskih plasti pri srcu, malo razveseljive. Posebno slab utis pa napravijo na tujca, zakaj drugi narodi so v tem oziru že daleč pred nami. Imajo palačam podobne plavalnice, ki so leto in dan v obratu, prostorna in z vsem potrebnim orodjem opremljena letna kopališča, v katerih plava, skače in se igra mlado in staro. Plavalna društva skrbe za strokovno in za pravilno vžebanje mladine ter prirejajo vsako leto krajevne deželne in mednarodne tekme v plavanju in skakanju. Vsega tega pri nas še ni in treba se požuriti, da jih dohitimo. Izpopolnjuoč se v velikem, ne smemo zanemarjati stvari, ki se nam zde na prvi pogled malenkostne, katerih važnost pa se nam razodene že pri površnem razmotrivanju.

(Dalje prihodnjšč.)



ANUŠKA CIGOJEVA:

Vaje s cvetnimi loki

za ženski naraščaj Sokolskega Saveza SHS, obvezne v l. 1920.

Temeljna postava: spetna stoja, priročiti, lok navpično.

Pri izvajanju vaj je položaj loka, kjer ni posebne označeno, vedno navpičen.

1. sestava.

- I.
 1. Priročno upogniti,
 2. prednožna stoja z d. — predročiti,
 3. $\frac{1}{2}$ obrata v l., do odnožne stoje z levo (na prstih d.) — odročiti,
 4. s prenosom teže telesa na l., skrižna stoja z d. spredaj (v loku) — predročno upognjeno križati (d. nad levo — na grudih.);
- II.
 1. e) počep prednožno v desno ven — predročiti dol v d. (leva upognjena, d. napeta),
 - na) vzravnavna, s prisunkom desne spetna stoja, gib se pri vzravnavi takoj nadaljuje,
 2. počep prednožno v levo — predročiti dol v l. (skozi priročenje, kakor v prvi dobi),
 3. vzravnavna, s prisunkom desne spetna stoja — priročiti,
 4. drža;
- III.
 1. e) (nakazati) vzpon na d., prednožiti z l. — izstopna stoja z l. naprej — predročiti — lok vodoravno,

- na) skrižna stoja z desno zadaj, s poskokom sprožiti levo v prednoženje — z rokama drža,
2. izstopna stoja z l. naprej (lok skozi vzročenje za tilnik, roki sta v predročenu napeti, lok je vodoravno nad lehtema),
 3. skrižna stoja z d. spredaj in cel obrat v l. do vzpona — vzročiti,
 4. spetna stoja — po predročenu priročiti;
- IV. 1. $\frac{1}{2}$ obrata v l. do odnožne stoje z d. — odročiti z d. (l. predročno upognjena), pogled v desno,
2. cel obrat v desno do odnožne stoje z l. (obrat na prstih d.) — odročiti z l. (d. predročno upogniti), pogled v l.,
 3. cel obrat v levo, do odnožne stoje z d. (obrat na prstih l.) odročiti z d. (leva predročno upognjena), pogled v d.,
 4. s prisunkom l. spetna stoja — priročiti;
- V. 1. počep odnožno z d. — odročiti dol v desno,
2. vzravnavna, s prisunkom d. spetna stoja — priročiti,
 3. počep odnožno z l. — odročiti dol v levo,
 4. vzravnavna, s prisunkom l. spetna stoja — priročiti;
- VI. 1. prednožna stoja z d. — predročiti,
2. $\frac{1}{2}$ obrata v l. (na prstih d.) do odnožne stoje z l. — odročiti,
 3. skozi vzročenje in odročenje priročiti — s prisunkom leve spetna stoja,
 4. drža.

2. sestava.

Pri tej sestavi se izvede gib, kjer ni posebno označeno, vedno na prvo dobo, na drugo in tretjo dobo je drža.

- I. 1., 2., 3. Izpad z d. nazaj — zaročno upogniti — lok vodoravno pred telesom.
- II. 1., 2., 3. vzravnavna in izstopna stoja z d. naprej do zanožne stoje z l. — predročiti gor ven (lok je v črti rok);
- III. 1., 2., 3. pol obrata v levo do počepa odnožno z l. — odklon v l. — z d. vzročiti upognjeno, z l. odročiti dol, pogled čez levo ramo na levo roko;
- IV. 1., 2., 3. vzravnavna, s prenosom teže telesa počep odnožno z desno, odklon v d. — vzročiti z l. upognjeno, odročiti dol z d., pogled čez d. ramo na d. roko;
- V. 1. 2. 3. vzravnavna, pol obrata v l. (na prstih d.), s prisunkom l. spetna stoja — priročno upogniti — lok navpično pred seboj;
- VI. 1. izstopna stoja z l. naprej — z rokama drža,

 2. cel obrat v l. (med obratom se prisune d. v spetno stojo in se suče na prstih obeh nog),
 3. poklek z l. nazaj — vzročiti;

- VII. 1., 2., 3. drža;
- VIII. 1., 2., 3. vzravnavna, s prisunkom l. spetna stoja — po predročenu priročiti;

- IX. 1. vzpon na desno, prednožiti z levo not — predročiti dol v d. (lok navpično),
 2. drža,
 3. prinožiti — priročiti;
- X. 1. vzpon na l. — prednožiti z d. not — predročiti dol v levo,
 2. drža,
 3. skrižna stoja z d. spredaj — priročno upogniti (ročaja loka se dotikata ramen);
- XI. 1., 2., 3. spojeno: dva obrata v l. na prstih obeh nog do skrižne stoje z d. zadaj — z rokama drža;
- XII. 1., 2., 3. odročiti — lok nad glavo;
- XIII. 1., 2., 3. spojeno: 2 obrata v d. na prstih obeh nog do skrižne stoje z d. spredaj — z rokama drža;
- XIV. 1., 2., 3. (v loku) skozi prednoženje prinožiti z d. v spetno stojo — predročno upogniti;
- XV. 1., 2., 3. pol obrata v l. — priročiti,
- XVI. 1. 2. 3. drža.

Opomba: 1. in 2. sestava se izvajata štirikrat zaporedoma, t. j. na vse 4 strani.

3. sestava.

Pri tej sestavi je treba zaznamovati po 8 telovadk z zaporednimi števkami t. j. 2 čveteroreda. V 1. čveteroredu štejemo od desne proti levi, v 2. čveteroredu od leve proti desni tako-le: 1 2 3 4
 8 7 6 5

- I. 1. e) Izstopna stoja z l. naprej — predročiti — lok vodoravno, na) z desno suniti v prednoženje (skozi prinoženje), spojeno cel obrat v l. in zanoženje — vzročiti in spojeno,
 2. umik z d. nazaj — predročiti dol (lok v črti rok se dotika tal),
 3. drža,
 4. vzravnava s prisunkom d. spetna stoja — priročiti;
- II. 1. počep odnožno z d. — odklon v l. — vzročiti, (lok in d. noga tvorita premo črto),
 2. drža,
 3. vzravnava s prisunkom desne spetna stoja — priročiti,
 4. drža;
- III. = II. a v nasprotno stran;
- IV. = I. a z nasprotno nogo;
- V. = II. a v nasprotno stran in z nasprotno nogo;
- VI. 1. počep odnožno z d. — odklon v d. — vzročiti, kakor takt II.,
 2. drža,
 3. vzravnava s prisunkom d. spetna stoja — priročiti,
 4. drža;
- VII. 1. izstopna stoja z d. v desno stran — odročiti,
 2. zakorak z l. not (skrižno zadaj),

3. odkorak z d. v desno,
4. skrižna stoja z l. spredaj — z rokama drža;
- VIII. 1. izstopna stoja z l. v levo stran,
2. zakorak z d. not (skrižno zadaj),
3. odkorak z l. v levo stran,
4. skrižna stoja z desno spredaj — z rokama drža;
- IX. 1. po prednoženju z d. (v loku) spetna stoja — priročiti,
2. prvi, tretji, peti itd. čveteroredi: cel obrat v l.,
3. druga, tretja, šesta in sedma telovadka: korak z l. nazaj, peta in prva telovadka: $\frac{1}{4}$ obrata v desno, četrta in osma telovadka: $\frac{1}{4}$ obrata v levo,
4. prva, četrta, peta in osma telovadka: korak z levo naprej v sredino;
- X. 1. vse odročijo in se primejo v krogu, lok nad glavami, roke napete, — odkorak z l. v levo stran,
2. zakorak z desno nazaj not,
3. odkorak z levo v levo stran,
4. skrižna stoja z l. spredaj;
- XI. = X. samo v nasprotno stran;
- XII. 1. skozi prednoženje (v loku) spetna stoja z l. — predročiti, lok navpično dol (povešen),
2. priročno upogniti — (lok navpično gor),
3. predročeno upognjeno križati (desna nad levo, na grudih),
4. nazaj v priročno upognjenje;
- XIII. 1. prva, tretja, peta, sedma telovadka: s korakom z l. preskok čez lok naprej (lok čez glavo) v predročenje, umik z desno nazaj, druga, četrta, šesta in osma telovadka: poklek z desno nazaj — vzročenje ven,
2., 3., 4. drža;
- XIV. 1. vse: vzravnava in s prisunkom d. spetna stoja priročiti,
2., 3., 4. drža;
- XV. do XVIII = X do XIII samo v nasprotno stran;
- XIX. 1. vzravnava s prisunkom leve spetna stoja — priročiti,
2. četrta in osma telovadka: $\frac{3}{4}$ obrata v desno, peta in prva: $\frac{3}{4}$ obrata v levo, tretja in osma: pol obrata v desno, druga in šesta: pol obrata v levo,
3. četrta, peta, osma in prva telovadka: izstopna stoja z levo naprej do zanožne stoje z desno — predročiti z l. gor, desno dol (ročaja loka tvorita v širini rok navpično črto), tretja in sedma: izstopna stoja z levo v levo stran do odnožne stoje z d. — odročiti, druga in šesta: izstopna stoja z d. v desno do odnožne stoje z l. — odročiti,
4. četrta, peta, osma in prva telovadka: izstopna stoja z d. naprej do zanožne stoje z l. — z rokama menjava (d. predročiti gor, levo predročiti dol), druga in šesta: s prisunkom l. spetna stoja,

tretja in sedma: s prisunkom desne spetna stoja — priročno upogniti;

XX. 1. četrta, peta, osma in prva **telovadka**: s prisunkom l. spetna stoja — priročno upogniti,

2., 3., 4. drža, druga, šesta, tretja in sedma **telovadka**: vse štiri dobe drža, (tako tvorijo telovadke dva razvoja na desno in levo, obrnjene s čelom ven);

XXI. 1. izstopna stoja z d. v desno stran, — odročiti z l. v levo stran, z d. vzročiti not (pred glavo),

2. skrižna stoja z l. not in spojeno počasi preiti v loku skozi vzročenje v odročenje v desno (v 3. in 4. dobi),

3. izstopna stoja z d. v desno stran,

4. skrižna stoja z levo spredaj (tu se konča gib z rokama v v odročanju v d.);

XXII. = XXI. v nasprotno stran;

XXIII. 1. $\frac{1}{2}$ obrata v l. do zanožne stoje z l. — predročiti (lok navpično),
2. drža,

3. tretja, četrta, peta in šesta **telovadka**: cel obrat v levo (na prstih d.) s prisunkom leve spetna stoja — priročno upogniti,

prva, druga, sedma in osma **telovadka**: brez obrata s prisunkom leve spetna stoja, — priročno upogniti,

4. drža;

XXIV. 1. prednožna stoja z desno — predročiti,

2. odnožna stoja z desno — odročiti,

3. prinožiti z d. v spetno stojo (k levi) — priročiti,

4. drža.

Sestava se ponavlja enkrat z izpremembo v VII. taktu. Telovadke izvedejo pri ponavljanju najprej korake v levo stran in v VIII. taktu v desno stran, tako da je VIII. takt VII. in VII. takt VIII. XXIV. takt se izvaja pri ponavljanju z nasprotno nogo t. j.,

1. prednožna stoja z levo — predročiti,

2. odnožna stoja z levo — odročiti,

3. prinožiti — priročiti,

4. drža.



Vaje moškega naraščaja

z dolgimi palicami v trojicah, obvezne za vsa društva Sokolskega Saveza SHS v letu 1920.

Temeljna postava: spetna stoja, palico ravno dol; pri I. in II. sestavi nadprijem, pri III. in IV. sestavi dvoprijem, d. podprijem.

Časomerje: 1—3, mera zmerna.

Vsaka vaja se izvaja osemkrat.

Orodje: lesena palica, 3¹/₂ m dolga, 3—4 cm debela, — za vsako trojico.

O nastopu in splošne pripombe.

Med pohodom nosi vsak d. krajnik palico navpično ob d. rami. Drži jo 20 cm nad koncem ob iztegnjenih lehteh. Na povelje: Temeljna postava k prostim vežbam — zdaj!“ — prime d. krajnik palico z levo roko z nadprijemom v višini d. rame in jo spusti ravno dol, l. krajnik prime palico 20 cm pred koncem potem, ko je napravil dva zmerna odkoraka v l., — srednji prime palico na sredi, (ki je lahko primerno označena), po izvedbi zmerne odkoraka v levo. Po vsaki osmič izvedeni vežbi je preiti v odmor (d. noga preide v prednožno stojo, d. roka se položi na križ), po četrti sestavi je vztrajati v pozoru. Iz odmora je preiti v temeljno postavo k nadaljni prosti vežbi na povelje: „Pozor!“ ali na prvi takt godbe. Po končanih vežbah in na povelje: „Palico k desni rami — zdaj!“ spustita levi krajnik in srednji palico in d. krajnik jo prenese navpično k d. rami, kot zgoraj omenjeno.

Pri odhodu je izvesti sestop k sredi v posameznih trojicah brez povelja med pohodom, dočim je razstop v globino vzeti med prihodom.

Palice naj bodo iz mehkega lesa in nepobarvane, to radi enotnosti in nižje cene.

Smer droga ni v besedilu prostih vežb navedena, ker je ista naravna z ozirom na tvorbo posameznih troidov.

Kratice so običajne: l. levo, d. desno, pp. palčji položaj, hp. p. hrbtni položaj itd.

I. s e s t a v a.

1. a) Palico ravno na prsa,
b) „ „ nad glavo,
c) „ „ za glavo;
2. a) palico ravno nad glavo,
b) čepenje — palico ravno pred prsa,
c) drža ;
3. a) čepna opora desnoroč, zanožno z d. — palico ravno nad glavo,
(d. noga, trup in l. roka v eni črti),
b) drža,
c) vzravnavna na l. s ¹/₂ obratom v d. v odnožno stojo z d. — palico ravno v l. stran — d. po odročenju vzročiti, palčji položaj;
4. a) ¹/₂ obrata v d. (na l. peti in prstih d. noge) v prednožno stojo z d. — palico ravno nad glavo (d. prime palico z nadpr.),
b) s prinoženjem d. spetna stoja, — palico ravno dol (l. preprime v nadprijem,
c) drža ;

II. s e s t a v a.

1. a) Izpad z l. naprej — zmerni predklon (trup in d. noga v eni črti) — palico ravno pred prsa gor (vodoravno),

- b) $\frac{1}{2}$ obrata v d. (na petah) — vzklon — palico ravno v l. stran — d. po predročenju odročiti hp. p. (desna roka prehaja vodoravno do odročnja),
- c) z naponom l. razkoračna stoja, — palico ravno nad glavo, — prijem oberoč z obrnjenim nadpr., (d. pred levo!);
2. a) odgib z d. — palico ravno v d. stran — odročiti z l. (hp. p.),
- b) drža,
- c) $\frac{1}{2}$ obr. v d. (na d. peti in l. prstih) v poklek z l. — palico ravno pred prsa dol (v višini d. kolena) — z l. čelni lok dol in prijem palice (nadpr.);
3. a) palico ravno na prsa,
- b) vzravnava na d. v zanožno stojo z l. — palico ravno pred prsa,
- c) zagib z l. — predklon — palico ravno pred prsa dol (do stopal d. noge);
4. a) z naponom l. zanožna stoja z l. — vzklon — palico z lokom v d. (ob d. nogi in trupu) ravno na prsa,
- b) zanožiti z l. — palico ravno pred prsa gor,
- c) s prinoženjem l. spetna stoja — palico ravno dol.

III. s e s t a v a.

1. a) Prednožiti z d. not — palico ravno pred l. ramo (pogled v l.),
- b) izpad z d. v stran — palico z lokom dol ravno pred desno ramo (pogled v l.),
- c) drža;
2. a) z naponom d. in $\frac{1}{2}$ obr. v l. zanožna stoja z d. — palico ravno nad d. ramo — l. po priročanju predročiti (hp. p., dlan odprta),
- b) izpad z d. naprej — suniti z d. naprej, palico ravno nad d. lehtjo — l. po priročanju zaročiti (pp.),
- c) drža;
3. a) z naponom d. in $\frac{1}{2}$ obratom v l. (na petah) razkoračna stoja — palico po najkrajšem potu ravno nad glavo — levo po odročanju vzročiti in prijem za palico v širini ram (nadpr.),
- b) predklon (90°) — palico ravno pred prsa,
- c) drža;
4. a) vzklon — odnožiti z levo — palico ravno dol v desno stran (v višini boka),
- b) s prenašanjem teže telesa na l., odnožiti z d. — palico z lokom ravno dol v l. stran (v višini boka),
- c) s prinoženjem d. spetna stoja — palico ravno dol.

IV. s e s t a v a.

(dvoprijem, d. podpr.)

1. a) $\frac{1}{2}$ obr. v l. (na l. peti in prstih l. noge) v zanožno stojo z d. — palico ravno nad d. ramo — (d. roka podrsne k l.),

- b) v stoji drža — palico ravno nad glavo,
 c) izpad z d. v stran — odklon — s palico drža (trup, l. noga in roki v eni črti);
2. a) z naponom d. odnožna stoja z d. — vzklon — s palico drža,
 b) po prinoženju z d. čepenje — palico ravno nad d. ramo,
 c) vzravnava — palico ravno nad glavo;
3. a) izpad z d. naprej — zmeren predklon — suniti oberoč naprej — (palica je ravno nad glavo spredaj),
 b) drža,
 c) drža;
4. a) z naponom d. $\frac{1}{2}$ obr. v l. (na I. peti in prstih d. noge) v odnožno stojo z d. — palico ravno nad glavo, (preprijem z l. v nadprijem,)
 b) visoko prednoženje z d. — palico ravno pred prsa,
 c) s prinoženjem d. spetna stoja — palico ravno dol — (preprijem z d. v podpr.).



Vsem bratskim društvom.

Prosvetno-kulturno odeljenje Sokolskega Saveza SHS odreja za vse jugoslovansko Sokolstvo obvezno vsakoletno proslavo probujenja prirodnih sil, ki so slika in prilika našega vstajanja k novemu življenju.

Sokolsko delo zimske dobe naj se pokaže pred očmi vsega naroda v luči resnice, lepote in plemenite sile!

Ko se zbujaajo prirodne moči k mogočnemu novemu ustvarjanju, zove vekomaj snujoča in trajno mlada sokolska ideja naše vrste v naš veliki skupni dom — v veličastvo prirode, ki jo odeva prvo cvetje in jo zlati presnavljajoča luč pomladnega solnca!

Mesec april in maj sta določena za Sokolski pomladanski praznik.

Prošlega leta je praznovalo naše Sokolstvo svoj prvi pomladanski praznik v osvobojeni domovini, zato je poimenovalo ta praznik s pridevkom: **Pomlad svobode.**

Svoj drugi pomladanski praznik pa označimo z nazivom:

Prolječe bratstva.

Treba nam je med svojim članstvom, med najširšimi plastmi in vsemi sloji naroda zbuditi, utrditi in ojačiti pravo pojmovanje našega sokolskega bratstva, zato moramo nastopati po vsej svoji domovini kot njega blagovestniki in pospeševalci, predvsem pa mora Sokolstvo samo živeti in delovati po njegovih načelih!

Tej proslavi in temu namenu služi ta okvirni vzpored:

I. Predpoldanski zbor:

- Govor (naše ujedinjenje; zgodovina Jugoslovanov; sokolska gesla; Sokolstvo — narodna vojska; naše naloge v službi domovine; telesna moč in moralna sila; sokolsko bratstvo).
- Primerne deklamacije (naraščaja ali članstva ali obeh).
- Petje, glasba (narodne himne; narodne pesmi; domoljubni spevi).
- Alegorija (sv. Jurij; sv. Sava; Jugoslavija; Kraljevič Marko; Kralj Matjaž; Kosovo polje; Strossmayer; ujedinjenje SHS pod sokolskim praporom; kronanje na Markovem trgu v Zagrebu; Gundulić; Gosposvetsko polje).

II. Popoldanska slava:

- Javni nastop (članstvo in naraščaja).
- Izlet v svobodno prirodo.
- Eventualna ponovitev javnega nastopa.
- Zakletev naroda na sokolsko idejo.

Ta vspered pa lahko vsako bratsko društvo svojim razmeram, močem in potrebam primerno dopolni, razširi ali skrči.

Bratje in sestre! Dolžnost nas vseh je, da dostojno proslavimo svoj drugi

Sokolski pomladanski praznik svoje veliko in pomembno

Prolječe bratstva!

Delo za to proslavo naj služi obenem kot priprava za prvi delni zlet Sokolskega Saveza SHS dne 29. avgusta 1920 v Mariboru, kjer se morajo zbrati naše številne vrste, prepoliene in nerazvzno sklenjene s sokolskim bratstvom!

Bratski župni odbori naj nemudoma odrede, da se vsa župna društva razgibljujejo v intenzivnem delu. Župna predsedstva so dolžna, da pošljejo podpisane starešinstvu poročila o proslavi pomladanskega praznika, kadar prejmejo od vseh svojih društev izvestja, kako so izvršila to zadačo! Kjer pa župe še ne delujejo (na zasedenem ozemlju, ali kjer še niso nove župe ustanovljene), morajo posamezna društva v svojem delokrogu prirediti proslavo in o nje uspešnosti poročati naravnost podpisane starešinstvu.

Zdravo!

Starešinstvo Sokolskega Saveza Srbov, Hrvatov in Slovencev.

V Ljubljani, dne 1. aprila 1920.

Dr. Oražen I. r., **Dr. Riko Fux I. r.,**
t. č. starosta. t. č. tajnik.

Gangl Engelbert I. r.,
načelnik kulturno-prosvetnega odeljenja.

Sokolski Savez SHS. Z ustanovitvijo Sokolskega Saveza SHS, ki je enotna in edina organizacija za vso Jugoslavijo, so prenehale delovati vse druge zveze. Z ozirom na to se je vršil zadnji občni zbor Slovenske Sokolske Zveze dne 21. marca 1920., na katerem se je sklenilo, da se Slovenska Sokolska Zveza razpusti. S tem je prenehala organizacija, ki je bila velikega pomena za slovensko Sokolstvo in ki ga je v teku 14 letnega delovanja dvignila na današnje stopnjo. Na njeno mesto stopa Sokolski Savez SHS kot mogočna organizacija Sokolstva v državi. Sedež Saveza je sedaj v Ljubljani, Narodni dom. — Vsa organizacija jugoslovanskega Sokolstva se s tem nekoliko spremeni. Vse hrvaške in srbske župe ter društva morajo likvidirati ter se reorganizirati v enotne župe in društva. V Sokolstvu plemenskih razlik ne poznamo. Ta reorganizacija zahteva ogromnega dela, a vrši se v redu in lepo. Po dovršeni reorganizaciji bode stalo jugoslovansko Sokolstvo čvrsto in močno, združeno v največji enotni organizaciji v državi.

Zlet Sokolstva v Pragi. Češka Obec Sokolska priredi letos meseca junija vse-sokolski zlet v Pragi. Priprave so v polnem tiru in zelo obsežne. Jugoslovansko Sokolstvo se vdeležiti zleta le po večji deputaciji, ker vladajoče razmere ne dopuščajo, da bi se ga udeležili v večjem številu, zlasti je iz finančnih ozirov udeležba skoraj nemogoča.

I. delni zlet Sokolskega Saveza SHS se vrši letos ob priliki letošnje glavne skupščine v Mariboru dne 29. avgusta. Glavna skupščina bo dan po zletu, dne 30. avgusta. Ker se jugoslovansko Sokolstvo radi neurejenih razmer še ne more polnoštevilno udeležiti VII. vsesokolskega zleta v Pragi — saj nimamo niti krojev, niti telovadnih oblek — zato se bo vršil doma na naši najsevernejši meji delni sokolski zlet, ki

je pa obvezen le za sosednje in bližnje župe. Na tem delnem zletu bo zastopan tudi naš naraščaj in bo pri javni telovadbi tudi sodeloval. Zaradi prevelikih vožnjih in prehranjevalnih stroškov nastopijo letos pri javni telovadbi v Mariboru dečki in deklice ter moški in ženski naraščaj samo iz bližnjih štajerskih društev. Za nastop so določene telovadne igre in obvezne proste vaje za dečke ter vaje z dolgimi palicami za moški in vaje s cvetnimi loki za ženski naraščaj. Zadnji dve sestavi objavljamo zato v današnji številki našega lista. Vse te vaje so obvezne za naraščaj vseh žup Sokolskega Saveza SHS in z njimi mora letos nastopiti naš naraščaj pri župnih zletih in pri društvenih prireditvah. Treba torej čas do poletja dobro izrabiti in vztrajno delati, da bodo vse vaje godne za javne nastope. Kjerkoli torej naraščaj javno nastopi, mora izvajati navedene vaje, da ne bo potem izgovorov, da je bil čas prekratko odmerjen ali da niste vedeli za ta sklep tehniškega odbora itd. Seveda, sme naraščaj poleg obveznih vaj telovaditi tudi druge naraščaju primerne vaje. — Kadarkoli dopušča vreme, vadite tudi obvezne vaje pod milim nebom, ne v telovadnici!

Žirovski Sokolič napreduje. Zakaj? Zato, ker ima dobre vaditelje. Poslušaj jih in se ravna po njihovih navodilih. Redno obiskuje telovadbo, zato se še nikoli ni sramoval, kadar je nastopil. Nastopil je pa že večkrat: pri dveh javnih telovadbah pod milim nebom, 8. februarja in 21. marca pa v telovadnici. Kaj dela? To, kar je zanj! Redovne vaje, proste vaje, vadi se v hoji, skoku, teku, plezanju in metanju. 8. febr. so žirovski Sokoli imeli veliko telovadno prireditev v svojem domu. Nastopili so tudi Sokoliči. Nekaj jih je šele 5 let starih, drugi pa hodijo še v šolo. Takole so se obnesli: Najprej so prikoralili po telovadnici v dvoredih: en deček in ena deklica, 27 dvoredov! Godba jim igra sokolsko koračnico; ljudje ploskajo. Gredo na oder. Pod vodstvom svojega učitelja zapoje: „Lepa naša domovina“. Za njimi pride Ciciban s še enim paglavcem, ki trgata cvetke. Čebelica prileti — zala Sokolica je, v drugi razred hodi v šolo. Pa hoče Cicibana pičiti, Ciciban jo tako premoti, da sama ne ve, kaj mu hoče in odleti. Ciciban se pokaže še enkrat ves umazan, tička ga posvari, da je cicifuj. Oton Zupančičeve pesmi so lepo uprizorili v živih slikah. „Hej Slovani“ zapoje ves zbor.

Druga slika — telovadba — župne proste vaje. Samo po 13 dvoredov more na oder. Godba igra. V dvoredih pridejo na oder, nato se razvrste v red, en deček, ena deklica, drug za drugim. V troid! Vse zmešano, a le navidez, v resnici vsak na svojem mestu. Odmor! samo par sekund. Godba naznani „pozor“. Živ zid; nobeden se ne gane. Naenkrat se zamaje, vsak po

svoje, kakor žitno polje. Ljudje kar strme. Dečki drugače, deklice drugače, pa vendar vsi prav. Vaja se vrsti za vajo, dokler niso izvedene vse. Koračnica se začne. Iz troredov se razvijejo naenkrat zopet redi in dvoredi. Odhod — a na drugi strani prihod novih 14 dvoredov, ki so morali čakati, ker je oder premajhen za vse. Kakor oni, tako delajo ti. Ljudje kriče: živio, živio! Novo! Moški naraščaj, pride s svojimi vajami. Dobro jih je izvršil. Skupine bodo! Trije šesteroredi stoje. Slika se kaže za sliko, vse na mah; kakor v tri velike skale vklesanih, stoji 18 Sokoličev. Zrušit! vse je v šesteroredu. Nato pa zapoje zbor Sokoličev in Sokolic: „Bože pravde, ti što spase“. Ljudje vstanejo in se čudijo. Tako je bilo 8. februarja v Žireh. 21. marca pa so priredili igro „Čista vest“. 20 igralcev je zahtevala mala igra. Ker so redno prihajali k izkušnjam, so jo dobro izvedli. Štirikrat so nastopili v deklamacijah s pesmicami Simona Gregorčiča in z O. Zupančičevim Cicibanom. Zapeli so pesmi kakor 8. februarja zraven tega pa Sokoliči še „Oj, ta vojaški boben“, deklice pa „Slovensko dekle“. „Od Urala do Triglava“ so žvrgoleli kar triglasno. H koncu pa Sokoliči in Sokolice: „Bože pravde, ti što spase“. 26 je bilo vseh, ki so sodelovali pri tej prireditvi, to pa zato, ker jih igra ni več zahtevala. Drugi so hodili le poslušat. Pri tej mladinski prireditvi je bilo mnogo roditeljev naših Sokoličev. Vsi so bili veseli, ko so videli, da se njih otroci res nekaj lepega uče pri Sokolu. Odkrit, pošten, ubogljiv in priden doma in v šoli, tak mora biti vsak, če hoče postati Sokolič. Lenuhov ne maramo! Zato pa vztrajamo, ker delamo. —c.

Naraščaj Sokolskega društva v Kranju je dobro rešil svojo nalogo pri društvenem nastopu na cvetno nedeljo, dne 28. marca t. l. Polovica vseh točk vzporeda je bila odmerjena dečkom in deklicam. Samo drugo polovico so si mogli razdeliti člani in članice, ter moški naraščaj. To pomeni velik napredek našega naraščaja. Včasih so nastopili šolarji in šolarice v skromnem obsegu in v malem številu, zdaj izpolnijo polovico vzporeda in nastopajo v stotinah. Nastop so otvorili dečki, 40 po številu. V osmih peteroredih so prikorakali v telovadnico, pevajoč svojo priljubljeno koračnico „Pridi Gorenjc“. Večinoma vsi so se držali pokoncu in gledali ponosno kot pravi kraljevi vojaki, branilci domovine. Samo najmanjši v zadnjem peteroredu, ki imajo še kratka bedra, so semintja malo drobili korak in stopili včasih z desno in levo obenem. Ko bodo še malo zrasi, bo tudi to bolje. Izvedli so vse štiri sestave obveznih prostih vaj za dečke v letu 1920. in sicer drugo, tretjo in četrto sestavo dobro, prvo sestavo pa prav dobro, kot bi bili že dorasli telovadci. Ball se niso prav nič, da, še premalo. Tako se je nek debeloličen in zlatolas junaček med vajo prav priljano

smehljaj svoji mamici, ki je bila med gledalci, dasiravno dobro ve, da mora stati na „pozor“ ravno in mirno kot sveča. Treba ga bo pokarati in prepričani smo, da bo postal še velik junak. S sokolsko telovadbo ne pokažemo samo ljubezni do zdravja in sile, temveč tudi pripravljenost, da hočemo služiti domovini z marljivostjo in s samozatajevanjem. Dober telovadec še ni dober sin svoje domovine Jugoslavije, to postane šele, če je tudi poslušen in požrtvovalen. Med viharnim ploskanjem gledalcev so odkorakali dečki, pevajoč „Naša stara pravda“. Nastopilo je 18 deklic, ki večinoma še ne hodijo v šolo, s prvima dvema sestavama prostih vaj deklic za letošnji zlet v Pragi. Mala piščeta, ki vedo, kje je desna in kje je leva samo, če vzamejo žlico v roke, so rešila svojo nalogo v veliko zadovoljnost občinstva. Pri poskokih so se zibala mala in orkogla telesca kot cvetke na livadi in pri potleskih je zapaketalo, kot bi kak nagajivec spustil perišče orehov po parketu. Od mladih telovadk ni mogoče pričakovati več, kot so pokazale. Navdušile so gledalce k burnemu ploskanju in odobravanju. Nato je izvajalo 38 učenk isti dve sestavi. Nastopile so mnogo pogumnejše od svojih malih tovarišic, pa vendar še vedno preplaho. Zlasti pri korakanju so se držale trdo. Kadar korakamo, hodimo ravnotako neprisljano, kot če gremo na izprehod, samo s to razliko, da imamo vsi enako dolg in enako hiter korak. Zlasti ne smemo tiščati rok k tlom, kot bi se nam bile posušile, temveč gibljemo z njimi kakor navadno. Proste vaje so izvajale dobro in ko so se otresele začetne bojazljivosti, celo prav dobro. Dober začetek naj daje poguma našim učenkam tudi za nadaljne sestave dekliških prostih vaj za Prago, ki res niso lahke. Pogum, dobra volja in vztrajnost pa premagajo tudi največje zapreke, ki se večkrat pojavijo pri telovadbi. In še na nekaj ne smejo naše deklice pozabiti, namreč, da morajo delati proste vaje vse enako, to se pravi tako, kot je predpisano. Če se morajo roke n. pr. dvigniti po najkrajšem potu, potem se morajo vse tega držati, zakaj nepravilen dvig roke ene telovadke, se takoj vidi, pa naj bo telovadk tisoč ali še več in taka naraka pokvari tudi to, kar so druge prav naredile. Tega ne smejo deklice nikdar pozabiti, sicer ne bodo postale nikdar dobre telovadke in še manj dobre Sokolice. — Mlajši oddelek učencev, 18 dečkov, je pokazal vaje s palicami. Delali bi bili prav dobro, če bi ne bili preživahni. Pazili so bolj na vsak gib v občinstvu kot pa nase in zato je ta ali oni pozabil začeti v pravem času ali pa je počasi zlezel iz vrste in tako kvaril celoto, vkljub temu, da je vaje dobro znal. Proste vaje delamo skupno in skladno in na ta način vzgajamo smisel za celoto in skupnost. Zato bo brat načelnik v bodoče izključil vsakega od nastopa, ki ne pazi, pa naj vaje še tako dobro

zna. Občinstvo je sicer dečke nagradilo z živahno pohvalo, toda mi jim moramo po pravici povedati, da naj bodo v bodoče bolj pridni. Vso pohvalo je pa zaslužil drugi oddelek starejših dečkov, ki so izvajali 4 skupine naraščaja za ljubljanski zlet 1914. Ti so se vedli mirno in odločno kot stari disciplinirani Sokoli in zato so izpadle tudi njihove skupine vzorno. Tu je šlo vse gladko, strumno in odločno, kot bi bil delal en sam. Ti dečki so pokazali občinstvu in svojim mlajšim tovarišem, kakšen mora biti pravi Sokol: resen in miren, odločen in samozavesten, vselej v pravem trenutku na svojem mestu. Če bodo taki ostali, bodo gotovo dobri Sokoli in zaslužni sinovi svoje domovine.

Ljubljanski Sokol je priredil v nedeljo popoldne dne 28. marca 1920 s svojim naraščajem javno telovadbo v telovadnici Narodnega doma. Telovadba je v splošnem vzpela izvrstno. Žal, da te vrste prireditve ne zanimajo našega občinstva in taki meri kakor bi zaslužile. Tudi tokrat je bila udeležba od strani občinstva pičla. Ne smemo sicer trditi, da tiči vzrok v nezanimanju in nerazumevanju stremjenja sokolskega društva, ki hoče pokazati širšemu občinstvu svoje delo v telovadnici, zakaj zdi se, da leži v tem slučaju krivda slabega obiska na lepem vremenu, ki je izvabilo Ljubljančane v pomladno prirodo. Bodi že vzrok tak ali drugačen, slab obisk ne vpliva dobro na one, ki hočejo za svoje delo — ne priznanja in hvale — pač pa zanimanja.

Najprej je izvajalo 50 dečkov v šestorostopih obvezne proste vaje za leto 1920. Nastop je bil precizen, korakanje vse hvale vredno. Že dolgo nismo videli nastopiti naše dece s takim strumnim in lepim korakanjem. Vaditelja sta menda vso svojo odločnost in trdno voljo vcepila tem malim, zakaj samozavest in odločnost je odmevala iz teh krepkih korakov. Tudi izvedba vaj nas je v polni meri zadovoljila. Predklon v 1. vaji in izpad v 3. vaji rabita še nekaj pile, pri posameznikih so bili tudi še nekateri drugi gibi trdi in okorni, kar bo pa do poletja oslajeno in popravičeno. Druga in četrta vaja sta nam bili najbolj všeč, čeravno smo se bali, da bodeta delali največ preglavic. Pri predklonu naj vaditelji ne popuščajo; križ mora biti uleknjen. Gib je nekoliko težaven, a z večkratno vajo se privadijo dečki lepe izvedbe.

Moški naraščaj je telovadil vaje z lesenimi palicami (7 peterostopov). Vaje so težke in za oko zelo učinkovite, ker tvori vsak peterostop zase nekako skupino. Krajna in notranja reda vadita namreč vsak svojo vajo v nasprotno smer, srednji reu pa izvaja med tem zopet svoje gibe. Zdi se, da je sestavitelj vaj hotel vdahniti v vajam nekaj simbolistike, kar je dandanes nekaka moda pri sestavi vaj. Nismo sicer nasprotniki simbolistike do gotove meje, toda pri tem kaj lahko zaidemo k gibom in

držam, ki ne sodijo k telovadbi. V mislih so nam gibi, ki zahtevajo sključeno in stisnjeno postavo. Pri teh stiskajo telovadci prsno ogrodje, kar ne sme biti namen telovadbe. V take položaje pridemo itak v vsakdanjem življenju prevečkrat, kar slabo vpliva na globoko dihanje in na pravilen razvoj prsnega ogródja. S telovadbo hočemo te slabe vplive izravnati, zato jih vendar ne uvajamo med proste vaje in k telovadbi sploh. Priznamo, da nas je spominjal le en sam gib na ta nedostatek, zdi se nam pa primerno, da to povdarimo, da ne zaidemo na napačna pota. Vaje je izvajal moški naraščaj prav dobro in skladno. Fantje kažejo veselje in zanimanje za telovadbo, kar so dokazali tudi pri orodni telovadbi.

Dečki so igrali igro „Labirint“. Pri nas so se doslej premalo upoštevale mladinske igre pri sokolskem naraščaju. Zato je bil nastop z igro razveseljiv pojav. Žal, da niso imeli vsi dečki telovadnih čevljev, kar jih je oviralo pri teku; vsled tega tudi igra ni prišla do onega živahnega razvoja, kakor pride pri hitrem lovenju in izmenjavanju igralcev.

Pri orodni telovadbi je skakala ena vrsta dečkov na mizo in čez mizo. 5 vrst moškega naraščaja pa je telovadilo na roševnih in navpičnih lestvah, na konju, na kozi ter na bradlji. Vaje na orodju so odgovarjale zmožnosti in starosti telovadcev, le na bradlji so bile nekatere vaje prehude za to stopnjo.

Javno telovadbo so zaključili vsi telovadci z lepo skupino. Končno naj omenjmo še eno napako, ki sicer ni bistvenega pomena, vendar pa moti občinstvo pri javnem nastopu. Dečki so bili namreč med izvajanjem vaj moškega naraščaja dokaj nemirni. V telovadnici mora vladati disciplina, brez nje je telovadba nemogoča, tembolj je potrebna disciplina pri javnem nastopu.

Naraščaj Sokola I v Ljubljani je v letošnji zimi pridno gojil telovadbo, pa tudi za duševno izobrazbo in zabavo so skrbeli njegovii vaditelji. Dne 18. januarja je priredil Sokol I mladinsko zabavo dečkov v Narodnem domu, pri kateri so obenem dečki pokazali javnosti, kaj so se naučili. Na vzporedu sta bili dve mladinski igri, ki so jih igrali dečki in 4 deklice. Izvajali so obvezne proste vaje za dečke v l. 1920. in sestavili veliko skupino na lestvah s praporci, pri kateri je sodelovalo 86 dečkov ter med tem zapeli sokolsko pesem „Naša stara pravda“. Starosta br. dr. Pestotnik je v navdušenih besedah vzpodbujal mladino k sokolskemu delu, zbranim roditeljem pa pojasnil pomen sokolske vzgoje za našo dečo. Vse točke vzporeda so bile srečno izbrane ter temeljito pripravljene in so izpadle v splošno zadovoljstvo gledalcev in predstavjalcev. Po končanem vzporedu so bili dečki pogoščeni s čajem

in s pecivom, kar je preskrbel pri prijateljih sokolskega naraščaja vaditelj br. Berce.

Pri ženski akademiji, ki jo je priredil ženski odsek Sokola I v Unionu, so nastopile deklice z rajalnimi in s prostimi vajami, ženski naraščaj pa je pokazal krasne vaje s cvetnimi loki.

Dne 13. marca je sodeloval pri javnem nastopu Sokola I v Unionu moški in ženski naraščaj. Prvi je izvajal vaje z dolgimi palicami v trojicah, drugi pa zopet vaje s cvetnimi loki. Obojne vaje so obvezne za ves naraščaj Sokolskega Saveza SHS. Vsi javni nastopi so pokazali, da se Sokol I. vrlo briga za svoji naraščaj in da ga vodi po pravih potih. — Vi, Sokoliči, pa mu vztrajno sledite ter vestno izrabljajte prilike, ki jih vam nudi. Skrbite pa tudi zato, da bodo vaše vrste vedno številnejše in vedno boljše.

Engelbert Gangl: Zbrani spisi za mladino. Šesti zvezek.

To je naslov novi knjigi, ki je izšla v založbi „Društva za zgradbo Učiteljskega konvikta v Ljubljani“. Knjiga obsega na 100 straneh 9 pripovednih spisov in jo uvaja „Pesem mladine“.

Ni naš namen na tem mestu pisati kritike o tem najnovejšem Ganglovem delu, zakaj o pisatelju in njegovih mladinskih spisih se je pisalo že tako priznalno, da ga poznamo vsi, najbolj pa mladi neutrudni bralci njegovih del, ki so najbolj merodajni kritiki.

Opozoriti hočemo s tem le tudi vas, mlade Sokoliče, na knjigo, ki jo boste čitali ne le z napetim zanimanjem, temveč brez dvoma tudi s pridom, saj boste našli na nastopajočih osebah v njej vse tiste pleuenite lastnosti, ki jih tako s presrečno zadovoljnostjo opazujemo na človeku, in ki ga nam delajo tako prikupljivega.

Prav v čuvstvu, ki ga ti, mladina izpoveduješ pod prisego in s ponosom na usta pesnikova v uvodni „Pesem mladine“ tako-le:

„Do koder vid ponosno polje,
vsi ene misli, želje, nade, volje,
iz sil duha in rok gradeč,
nikdar s pokojem se mameč,
za dom stojimo vojska nezmagljiva,
kot je ljubezen naša neminljiva!
Ustvarjamo, prerajamo —
v življenje novo vstajamo!“

o domovinski ljubezni torej govori omenjena Ganglova knjiga tako tobo, tako presrečno!

O ljubezni staršev do vas in obratno vam pripoveduje Ganglovo delo: vzbuja krepko, neomajno voljo, karkšne zgled vam je Logarjev oče; budi vas na vztrajno in smotreno delo, kakor ga je opravljal „Boštjančičeve hiše“ gospodar, in vodi vas v svet vaših najvzornejših sanj.

Če še omenimo, da je snov in način umetniškega oblikovanja v Ganglovi knjigi posledek pisateljevega natančnega poznavanja in globokega umevanja otroške, mladeniške duše, da jo je pisal sicer zrel mož, a mladenič po srcu — mladeničem, da jo je pisal enak — enakim, Sokol — Sokoličem, smo povedali na kratko vse.


Vi, Sokoliči, pa vzemite knjigo v roko in čitajte, pa sodite sami! Mi vam knjigo toplo priporočamo.

Fran Erjavec: Izbrani spisi. I. zvezek. Povesti, uredil Ivan Dornik, založila Jugoslovanska tiskarna v Ljubljani 1920. Cena 24 K. Knjiga vsebuje Erjavčev kratek životopis in povesti: Na striščevem domu, Zamorjeni cvet, Hudo brezno ali Gozdarjev rejenc, Ni vse zlato, kar se sveti, Huzarji na Polici, Veliki petek, Avguštin Ocenek, Izgubljen mož in Božični večer. — To je izborna čtivo za naš naraščaj. Erjavec je poleg Jurčiča naš najboljši pripovedovalec. On nam zna vzbuditi tudi zanimanje za naravo, zato ne moremo priporočati lepših in boljših spisov nego so Erjavčevi. Sokoliči, segajte pridno po njih in pazno jih čitajte. Vsaka sokolska knjižnica naj ima tudi Erjavčeve spise.

Bob za mladi zob. Pesmi za mladino, zbral Cvetko Golar. Založila Jugoslovanska knjigarna v Ljubljani 1920. Cena 12 K.

O tej drobni knjižici smo prejeli od desetletne sokoličice sledeče pismo: Ljubi stric! Brž, ko sem dobila „Bob za mladi zob“, sem se vsedla in jela sem ga zobati. Tako sem potolažila svojo radovednost. Pozneje sem čitala pesmi še enkrat in zdaj jih poznam že precej dobro, nekatere sem poznala že prej. Jako so mi všeč. Posebno mi ugajajo: Dina, dina, dina, O Indiji Koromandiji, ki ima bonbončke na vejah in potice pod drevesi, Svata na poljani zaradi čmrlja, ki gode na bas, Rožica, Jurček-zidar, Petelin in putka, Boj dveh nalčkov, Vlahi, Kralj kraljico vpraša, Žabe, Kadar otrok lovi luno in zvezde in Bajka o deklici. Niso mi pa posebno všeč: Pevec, Vrana poje, Korenjak, Konja jezdi in Molitev, ki se mi ne zdi prava molitev. Tudi Poljska pesem mi spočetka ni bila po volji, pozneje, ko sem jo še enkrat prečitala in sem si prav živo predstavljala žitno polje v mesečni noči, se mi je prikupila. Nasmejala sem se oslu, ki je kure preplašil, Jurčku-zidarju in Cvili možu, Nikar pa ne misli, da pesmic ne bom več čitala, zakaj, kadar jih vzamem v roko, vselej zapazim zopet kaj novega v njih. Srčno se Ti zahvaljujem za podarjeno knjižico, Tvoja Ivica.

Tako sodi o pesmih mlada čitateljica, zato jih priporočamo.




Pravkar sta izišli knjižici:

Proste vaje za člane in članice. Sestavil Stane Vidmar, godbo zložil profesor Janko Ravnik. Cena 5 K.

Vaje na bradlji. Po Pexovi knjižnici priredil I. Bajželj. Cena 6 K.

Obe knjižici, ki se dobivata v pisarni Sokolskega Saveza SHS v Ljubljani, Narodni dom, prav toplo priporočamo.



„UČITELJSKA TISKARNA“

V LJUBLJANI, FRANČIŠKANSKA UL. 6.

Telefon šte. 118.

Poštnohranilnični račun št. 76.307.

»Učiteljska tiskarna« je najmodernejše urejena in izvršuje vsa tiskarniška dela od najpreprostejšega do najmodernejšega. V zalogi ima tudi vse šolske in druge tiskovine.

Enobarvni kakor tudi večbarvni tisk.

Litografija. Stereotipija.

Delo točno, solidno in elegantno.

Gg. skladateljem vljudno naznanjamo, da je »Učiteljska tiskarna« preskrbljena z novimi notami, torej izvršuje tudi muzikalije s prav ličnim in razločnim tiskom.

==== Cene zmerne. ====



Svoji k svojim!



Kupujte

MLADINSKE SPISE

ki jih izdaja

„Društvo za zgradbo Učiteljskega konvikta v Ljubljani“.

Naročila sprejema

Knjigarna „Učiteljske tiskarne“ v Ljubljani.