

ОРИГИНАЛЬНЫЯ СТАТЫИ.

Изъ наблюденій надъ учебной командой 230-го
Ветлужскаго резервнаго баталіона ¹⁾).

Е. М. Идельсона,

Старшаго врача Ветлужскаго баталіона.

Учебная команда, безъ сомнѣнія, играетъ извѣстную роль въ той или другой успѣшности военнаго воспитанія и образованія каждой войсковой части. Какъ главный разсадникъ войсковыхъ унтеръ-офицеровъ и ближайшихъ учителей строя въ нашей арміи, учебная команда по смыслу, лежащему въ основѣ этого учрежденія, можетъ даже до нѣкоторой степени служить показателемъ при оцѣнкѣ хода военнаго воспитанія цѣлой войсковой части. Поэтому изученіе разныхъ бытовыхъ условій и обстановки учебной команды, въ видахъ улучшенія и усовершенствованія ея, не лишено интереса; тѣмъ болѣе, что вопросъ объ обезпеченіи арміи хорошими, соотвѣтствующими своему назначенію, унтеръ-офицерами не получилъ еще надлежащаго разрѣшенія.

Занимаясь въ учебной командѣ преподаваніемъ правилъ о сбереженіи здоровья солдата, я имѣлъ возможность во время моихъ бесѣдъ присмотрѣться и ближе познакомиться со степенью, такъ сказать, интеллектуальнаго развитія команды. При повѣркѣ знанія пройденнаго предмета, не смотря на то, что изложеніе было болѣею частью устное, отвлеченное въ формѣ обыкновеннаго разсказа, я нерѣдко оставался весьма удовлетвореннымъ любознательностью и понятливостью, не скажу всѣхъ, но многихъ изъ нижнихъ чиновъ команды. Но меня, какъ врача, заинтересовала также вопросъ о томъ, даетъ ли учебная команда своимъ питомцамъ за время пребыванія ихъ въ ней какой нибудь плюсъ въ смыслѣ ихъ физическаго развитія, или усиленные занятія, требующіяся при прохожденіи довольно обширной для нижняго чина программы, со-

¹⁾ Читано въ засѣданіи Казанскаго Военно-Санитарнаго Общества 18 октября 1902 г.

вершаются въ ущербъ ихъ физическому балансу. Меня вопросъ этотъ еще болѣе интересовалъ потому, что, помимо сложныхъ напряженныхъ занятій, учебной командѣ приходится, въ силу мѣстныхъ условій резервныхъ баталіоновъ, также нерѣдко принимать участіе въ несеніи караульной службы.

Въ виду изложеннаго я производилъ повторныя наблюденія надъ нѣкоторыми элементами, характеризующими состояніе физическаго здоровья нижнихъ чиновъ учебной команды въ началѣ и по окончаніи курса. Наблюденія эти производились въ слѣдующемъ направленіи: измѣрялась посредствомъ динамометра ¹⁾ мышечная сила обѣихъ рукъ и поясницы; опредѣлялась спирометромъ ²⁾ емкость легкихъ; производилось взвѣшиваніе, и измѣрялась окружность груди. Само собою разумѣется, что оба изслѣдованія, какъ въ началѣ такъ и въ концѣ курса производились при одинаковыхъ условіяхъ. Кромѣ того, для полученія болѣе точныхъ спирометрическихъ и динамометрическихъ данныхъ, зависящихъ, какъ извѣстно, отъ субъективной воли каждаго изслѣдуемаго мною всякій разъ назначались небольшія денежныя преміи для того, чтобы питомцы команды усердно старались обнаруживать свою максимальную емкость легкихъ и максимальную мышечную силу.

Всѣхъ нижнихъ чиновъ, подвергавшихся однократному изслѣдованію, было 45 человекъ. Изъ нихъ до конца курса, продолжавшагося около 6 мѣсяцевъ, были по разнымъ причинамъ (слабосилію, болѣзнямъ) отчислены 8 человекъ, такъ что вторичному изслѣдованію подпали только 37 человекъ.

При вторичномъ изслѣдованіи получились слѣдующіе результаты.

Вѣсъ тѣла всего только прибавился у 10-ти человекъ или въ процентахъ 27% со среднимъ приростомъ 3,9 фунта; наибольшее увеличеніе вѣса тѣла достигло 9½ фунтовъ, а наименьшее увеличеніе вѣса тѣла достигло 1½ фунта. Вѣсъ уменьшился у 24 или 64,8%, среднее уменьшеніе вѣса 3,5 фунта, наибольшее уменьшеніе вѣса достигло 10 фунтовъ. Вѣсъ тѣла остался не измѣненнымъ у 3-хъ человекъ или 8,1%.

Окружность груди увеличилась только у 12 человекъ въ процентахъ 32,4%. Среднее увеличеніе окружности груди было 1,4 сантиметра. Наибольшее увеличеніе окружности груди достигло 2-хъ сантиметровъ. Окружность груди уменьшилась у 9 человекъ, или 24,3%. Окружность груди не измѣнилась у 16 человекъ или 29,5%.

¹⁾ Выѣренный динамометръ Арнгейтера взятъ мною въ физич. кабинетѣ Императорскаго Казанскаго университета.

²⁾ Выѣренъ въ физич. кабинетѣ.

Мышечная сила поясницы увеличилась у 18 человекъ, въ процентахъ 48,6%. Среднее нарастаніе мышечной силы поясницы было 24,6 килограмметровъ. Наибольшее нарастаніе поясничной силы 45, а наименьшее 4 килограмметра. У шестерыхъ 16,0%; сила поясницы уменьшилась среднимъ числомъ на 7 килограмметровъ, а у 13-ти (36,1%) не измѣнилась.

Мышечная сила обѣихъ рукъ прибавилась у 16 человекъ, въ процентахъ 43,2%. Наибольшее увеличеніе силы обѣихъ рукъ доходило до 11 килограмметровъ, наименьшее 1 килограмметръ. Среднее нарастаніе мышечной силы обѣихъ рукъ было 6,4. У 7-ми нижнихъ чиновъ 18,9%; сила рукъ убавилась среднимъ числомъ на 3 килограмметра. У 14 человекъ 21,6% мышечная сила рукъ осталась безъ измѣненія.

Емкость легкихъ измѣнилась за время пребыванія въ учебной командѣ слѣдующимъ образомъ: прибавилось у 16 человекъ (43,2%). Среднее нарастаніе емкости легкихъ равнялось 366,4 кубич. сантиметрамъ. Наибольшее увеличеніе емкости легкихъ достигло 650, а наименьшее 50 куб. сантиметровъ. Емкость легкихъ убавилась у 9-ти, въ процентахъ 24,3%, наибольшее уменьшеніе 600 к. с., а наименьшее убавленіе емкости легкихъ было 100. к. с. У 12-ти 32,4% емкость легкихъ осталась безъ измѣненія.

	Прибыль въ %	Убыль въ %	Безъ перемѣны въ %
Вѣсъ	27,0	64,8	8,1
Окружность груди	32,4	24,3	43,2
Емкость легкихъ .	43,2	24,3	32,4
Мышечная сила обѣ- ихъ рукъ	42,2	18,9	37,8
Мышечная сила по- ясницы	48,6	16,2	35,1

Присматриваясь къ цифрамъ приведенной таблички, нельзя не признать, что элементы физическаго развитія нижнихъ чиновъ учебной команды 230-го Ветлужскаго резервнаго баталіона дали по истеченіи шестимѣсячнаго курса весьма слабые результаты. По малочисленности приведенныхъ наблюденій, а также вслѣдствіе слишкомъ рѣзкой разницы въ обстановкѣ, я, конечно, не стану сравнивать полученные мною данныя съ блестящими результатами аналогичныхъ наблюденій, произведенныхъ въ унтеръ-офицерскихъ школахъ въ Альдершотскомъ лагерѣ (въ Англіи), въ Жуанвильской школѣ (во Франціи), а также Ротомъ, Фецеромъ и мн. другими (въ Германіи). Скажу только, что слабые успѣхи физическаго развитія учебной команды могутъ пожалуй считаться отрицатель-

ными, если принять во внимание, что питомцы учебной команды по своему возрасту уже сами по себѣ имѣютъ извѣстные шансы на прогрессивное увеличеніе у нихъ всѣхъ элементовъ и функцій организма по обыкновеннымъ законамъ роста и помимо всякаго учебно-воспитательнаго вліянія. Ибо извѣстно, что физическое развитіе заканчивается лишь только на 27 году жизни, а возрастъ нижнихъ чиновъ команды не превышаетъ 23 лѣтъ. Незначительное число наблюдений не даетъ мнѣ также права дѣлать какіе нибудь общіе выводы относительно учебныхъ командъ прочихъ баталіоновъ Казанскаго гарнизона. Но въ виду однородности санитарно-бытовыхъ и служебныхъ условий, я полагаю, что подмѣченные мною факты присутствующи въ большей или меньшей степени во всѣхъ учебнымъ командамъ прочихъ резервныхъ баталіоновъ Казанскаго гарнизона.

Оставляя пока этотъ вопросъ открытымъ впредь до накопленія бѣльшаго числа, можетъ быть и болѣе всестороннихъ наблюдений, я все-таки не могу не коснуться здѣсь тѣхъ условий, которыми, по моему мнѣнію, имѣютъ извѣстную генетическую связь съ малоуспѣшностью физическаго развитія питомцевъ учебной команды Ветлужскаго резервнаго баталіона. Среди этихъ условий прежде всего можетъ быть отмѣченъ общеизвѣстный фактъ, о которомъ уже многократно писалось врачами въ ежегодныхъ санитарныхъ обзорахъ, а именно: недостаточность штатнаго и наличнаго состава баталіоновъ пропорціонально существующей потребности въ расходѣ людей по различнымъ надобностямъ службы. При разбивкѣ людей по командамъ начальниками частей испытываются громадные, совершенно не устранимыя затрудненія, которыя весьма невыгодно отражаются, какъ на внутренній порядокъ, такъ и на успѣшность физическаго воспитанія нижнихъ чиновъ.

Чтобы не быть голословнымъ, посмотримъ какой расходъ людей потребовался въ баталіонѣ среднимъ числомъ за послѣднее 3-хъ лѣтіе для служебныхъ надобностей и какъ отразился этотъ расходъ на отправленіе нижними чинами тяжелой караульной службы. Штатное число нижнихъ чиновъ равнялось 538. Изъ нихъ выдѣлялось: 41 человекъ въ качествѣ казенной прислуги, 37 человекъ въ Юнкерское училище и Окружное Медицинское Управленіе, 30 человекъ въ нештатную музыкантскую команду, отъ которой, замѣчу мимоходомъ, требуется также прохожденіе полного курса стрѣльбы, нерѣдко и строевыя занятія, а также и знаніе обязанностей носильщиковъ ¹⁾.

43 человекъ въ учебную команду въ теченіе 6 мѣсяцевъ, (или 21 ч. въ теченіе круглаго года).

¹⁾ Примѣчаніе: отдѣльная команда носильщиковъ не могла быть сформирована по неимѣнію въ баталіонѣ людей.

20 человекъ въ охотничью команду въ теченіе зимняго времени, (или 10 ч. въ теченіе круглаго года).

25 человекъ въ баталіонную швальню въ теченіе 7 мѣсяцевъ, (или 13 ч. въ теченіе круглаго года).

5—7 человекъ въ лагерную команду.

15 человекъ мастеровыхъ и конюховъ.

10 человекъ писарей въ строевую и хозяйственную канцелярію.

5 человекъ хлѣбопековъ.

5 человекъ фельдшерскихъ учениковъ.

6 человекъ для постройки лагерныхъ бараковъ въ теченіе полугодія, (или 3 ч. въ теченіе круглаго года).

69 человекъ для обученія ратниковъ государственнаго ополченія въ теченіе 6 недѣль, (или 8 ч. въ теченіе круглаго года).

10 человекъ осенью для обученія ратниковъ въ теченіе 6 недѣль, (или 17 ч. въ теченіе круглаго года).

2 кашевара,

1 дворникъ въ казармахъ.

24 человека для транспортировки новобранцевъ, обозовъ и другихъ командировокъ.

64 человека въ отѣпленіе стрѣльбища въ теченіе курса стрѣльбы (16 дней), (или 10 ч. въ теченіе круглаго года).

64 человека въ обходъ лѣса въ теченіе курса стрѣльбы (16 дней), (или 10 ч. въ теченіе круглаго года).

35 человекъ для обученія запасныхъ въ теченіе 6 недѣль, (или 4 ч. въ теченіе круглаго года).

8 человекъ для работы въ неприкосновенномъ запасѣ въ теченіе 6 мѣсяцевъ, въ Адмиралтейской слободѣ, (или 4 ч. въ теченіе круглаго года).

160 молодыхъ солдатъ съ учителями въ теченіе 4 мѣсяцевъ одиночнаго обученія, (или 53 ч. въ теченіе круглаго года).

22 человека, среднее ежедневное число больныхъ.

Вычитая приведенное число нижнихъ чиновъ изъ наличнаго состава, выходитъ, что баталіонъ имѣлъ въ своемъ распоряженіи для несенія караульной службы только 230 человекъ или на 1000 человекъ наличнаго состава Казанскихъ баталіоновъ несутъ караульную службу только 427 человекъ.

Число караульныхъ дней, требующихся отъ баталіона въ теченіе года было слѣдующее: для городского караула требуется 72 человека въ теченіе 73 дней, что составитъ 5256 караульныхъ дней; для домашняго баталіоннаго караула въ теченіе круглаго года по 32 человека или 11680 караульныхъ дней. Въ теченіе 121 дня въ году требуется по 26 человекъ для охраненія лабазовъ съ неприкосновенными запасами въ Адмиралтейской слободѣ, что составитъ 3146 караульныхъ дней. Въ теченіе 23 дней во время лагерныхъ

сборовъ наряжались 56 человекъ на случай пожара въ городъ, или 1218 караульныхъ дней. Всего было въ году караульныхъ дней 21290 или каждый нижній чинъ въ теченіе года находился въ караулѣ 93 дня.

Но эти 93 караульныхъ дня въ году всетаки не были бы такъ обременительны для нижнихъ чиновъ, если бы они чередовались съ извѣстными правильными промежутками для отдыха. При временно-усиленномъ расходѣ людей, особенно во время лагерного сбора, очень часто случалось, что солдаты, смѣняясь съ городского караула, отправляются въ оцѣпленіе, оттуда въ домашній караулъ, съ домашнего караула на случай пожара въ городъ, съ пожара на стрѣльбу, со стрѣльбы въ обходъ лѣса и т. д. Такимъ образомъ, вслѣдствіе такого непрерывнаго круговорота служебныхъ обязанностей нижніе чины непомѣрно переутомляются, при этомъ нарушается порядокъ правильного и своевременнаго приема пищи и нормальнаго высыпанія. Само собою понятно, что при такихъ условіяхъ трудно ожидать, чтобы въ баталіонѣ при нынѣшнемъ его составѣ могла быть проведена послѣдовательно съ извѣстной настойчивостью систематическая военно-строевая тренировка и обученіе, черезъ которыя обязательно долженъ проходить каждый нижній чинъ, а въ особенности тѣ изъ нихъ, которые предназначаются для учебной команды.

Въ силу старой поговорки *gutta cavat lapidem*, я позволю себѣ коснуться здѣсь стараго вопроса, о которомъ много разъ трактовалось въ военно-санитарной литературѣ, а именно: о способѣ питанія. Что качество и количество пищи, принимаемой солдатомъ, имѣетъ неотразимое вліяніе на успѣшность его физическаго развитія, а также и на его служебную и боевую производительность едва ли кто станетъ сомнѣваться. Изреченіе Фридриха, что желудокъ служить фундаментомъ арміи, уже давно сдѣлалось ходячею аксіомою. По этому если не будемъ увлекаться отжившими понятіями о томъ, что русскій солдатъ въ силу своихъ религіозныхъ, социальныхъ и этнографическихъ условій будтобы отличается какими то особенными свойствами своего пищеварительнаго аппарата, приспособленнаго къ растительной діетѣ, если, говорю я, не будемъ придавать значенія подобнымъ традиціоннымъ заблужденіямъ, мы непремѣнно согласимся съ тѣмъ, что нашъ солдатскій паекъ нуждается въ нѣкоторой поправкѣ, преимущественно для тѣхъ нижнихъ чиновъ, которые подвергаются усиленной строевой выправкѣ при извѣстныхъ теоретическихъ отвлеченныхъ занятіяхъ, какъ наприм. въ учебной командѣ. По раскладкѣ, утвержденной на текущій годъ, баталіонъ, не исключая и учебной команды, для продовольствія получаетъ слѣдующее процентное содержаніе главнѣйшихъ ингредиентов пищи.

Раскладка 1) Щи съ мясомъ.

Каша съ саломъ.

Ужинъ:

Картофельный супъ.

3 фунта хлѣба.

Въ нихъ заключается:

Бѣлковъ ¹⁾ .	Жировъ.	Углеводовъ.
Отъ 165 до 170 грам.	45 грам.	701 .

Раскладка 2) Картофельный супъ съ мясомъ.

Каша съ саломъ.

Ужинъ:

Кашица.

3 фунта хлѣба.

Въ нихъ заключается:

Бѣлковъ.	Жировъ.	Углеводовъ
165.	36.	734.

Раскладка 3) Картофельный супъ съ саломъ.

Каша съ саломъ.

Ужинъ:

Кашица.

3 фунта хлѣба.

Бѣлковъ.	Жировъ.	Углеводовъ.
129.	61.	741.

По приведеннымъ даннымъ казалось бы, что нашъ пищевой раціонъ по содержанію въ немъ количества питательныхъ единицъ совершенно достаточенъ для полнаго поддержанія физиологическаго равновѣсія въ экономіи солдатскаго организма. Общая сумма питательныхъ единицъ въ нашемъ раціонѣ нѣсколько превышаетъ даже ту пищевую норму, которая прочно установлена для средняго рабочаго эпохальными изслѣдованіями Фойта и Рубнера. Но успѣхъ въ удовлетвореніи цѣлямъ питанія, въ особенности для цѣлой группы работающихъ людей, не обуславливается исключительно количествомъ введенныхъ пищевыхъ продуктовъ. Чувство сытости представляетъ собою скорѣе явленіе временное, заглушающее такъ сказать потребность въ приѣмѣ пищи, но не исключющее собою извѣстной степени хроническаго голоданія. Смыслъ нормальнаго питанія заключается не въ періодическомъ наполненіи желудка, а въ усвояемости принятой пищевой массы, потребной для развитія потенціальной энергіи и тепловаго эффекта. Разматривая съ этой

¹⁾ Вычислено по Кѣнигу, Эрпсману и Судакову.

точки зрѣнія нашъ солдатскій паекъ, нельзя не замѣтить, что онъ отличается чрезвычнымъ объемомъ и малой усвояемостью, благодаря обилію въ немъ растительныхъ элементовъ. Такъ напримѣръ, изъ 165 грам. бѣлку, имѣющагося въ скоромной солдатской пицѣ, въ особенности если считать только 22 золотника варенаго мяса (31,9), то $\frac{4}{5}$ бѣлковыхъ единицъ будутъ растительнаго происхожденія, а растительный бѣлокъ, какъ извѣстно по изслѣдованіямъ Гоффмана, въ 53 процентахъ маршируетъ по пищеварительному тракту въ неперевааренномъ видѣ; между тѣмъ какъ животный бѣлокъ, по пѣлому ряду новѣйшихъ изслѣдованій Рубпера, выдѣляется съ каломъ только въ количествѣ $2\frac{1}{2}$ — $2,9\%$. Въ постные дни, когда по раскладкѣ варился картофельный супъ съ саломъ, животные бѣлки совершенно отсутствовали въ пицѣ. Что же касается количества жировъ по нашей раскладкѣ, то они въ скоромные дни гораздо ниже тѣхъ цифръ, которыя выработаны гигиенистами для тѣлеснаго баланса средняго рабочаго, къ которому солдатъ, по расходу своихъ физическихъ силъ, можетъ быть вполне приравненъ. По отношенію къ количеству жировъ въ солдатской пицѣ необходимо также еще добавить, что оно имѣетъ особенное значеніе въ нашей полосѣ, гдѣ, благодаря суровымъ климатическимъ условіямъ, тепловыя потери нерѣдко бываютъ довольно значительны вслѣдствіе мало согрѣвающей солдатской одежды, служащей, какъ, извѣстно подспорьемъ для равновѣсія тепловаго баланса, а также вслѣдствіе того, что во время большихъ холодовъ въ казарменныхъ помѣщеніяхъ не всегда можетъ быть поддерживаема надлежащая температура. Обиліе углеводовъ, благодаря которому нашъ паекъ по объему стоитъ первымъ номеромъ среди солдатскихъ раціоновъ всѣхъ культурныхъ армій, нисколько не увеличиваетъ питательности въ вышесказанномъ смыслѣ, а напротивъ скорѣе служить лишнимъ балластомъ и тормазомъ для нормальнаго пищеваренія. По этому циркулировавшій много разъ проектъ о замѣнѣ излишествующаго въ пицѣ солдата количества хлѣба животными бѣлками и жиромъ заслуживаетъ дальнѣйшей научной и опытной провѣрки.

Существенно важнымъ факторомъ для успѣшности физическаго развитія учебной команды, при правильномъ питаніи, служатъ также гимнастическія упражненія. Военная гимнастика, какъ извѣстно, отличается тѣмъ, что она вовсе не стремится создавать какихъ нибудь выдающихся атлетовъ и акробатовъ. Задача и цѣль военной гимнастики заключается главнымъ образомъ въ томъ, чтобы путемъ всесторонняго и симметрическаго упражненія всѣхъ органовъ и частей тѣла каждаго солдата, поднять, на сколько возможно, средній уровень физическаго развитія и рабочей производительности цѣлой группы людей, такъ называемыхъ боевыхъ единицъ, имѣющихъ выполнять, по командѣ одного человѣка одну и

туже мышечную работу, одни и тѣже правильныя, координированныя строевыя движенія. Но въ каждой боевой единицѣ обыкновенно встрѣчается большое разнообразіе въ тѣлосложеніи и физическомъ складѣ отдѣльныхъ субъектовъ.

Насколько бываетъ разнообразень физическій складъ лучше всего можетъ иллюстрировать разниа въ тѣхъ крайнихъ цифрахъ, которыя получены мною при изслѣдованіи людей одного и того же армейскаго баталіона. Такъ напримѣръ:

	Наибольшіе.	Наименьшіе.	Разница.
Ростъ въ сантиметрахъ	189	152	37
Вѣсъ тѣла въ фунтахъ	215	108	107
Окружность груди въ промежуткѣ между вздохомъ и выдохомъ . .	99	75	24
Окружность груди при наибольшемъ вздохѣ	104	77	27
Окружность груди при наибольшемъ выдохѣ	90	70	20
Экскурсія груди	15	4	11
Длина грудины	23	13	10
Междусосковое пространство. .	25	14	11
Грудино позвоноч. діам.: верхній.	18	12	6
" " " средній.	22	14	8
" " " нижній.	26	15	11
Жизн. емкость легкихъ	6900 к. с.	2020	4870
Мышечная сила: обѣихъ рукъ .	130	30	100
" " поясницы. . .	250	54	196
Окружность плеча {	32	20	12
" предплечья { прав. полови-	30	20	10
" бедра { ны туловища.	55	39	16

Само собою понятно, что при такомъ разнообразіи физическаго склада людей является необходимость индивидуализировать упражненія, сообразно тѣмъ особенностямъ, которыми отличается каждое данное тѣлосложеніе. Но всякое индивидуализированіе возможно, если оно обосновано на извѣстныхъ теоретическихъ соображеніяхъ, на знакомствѣ съ устройствомъ и отправлениями человѣческаго тѣла. Инструкторъ гимнастики, знакомый съ ней только эмпирически, безъ всякой теоретической подготовки, всегда будетъ шаблонно проходить всѣ упражненія, не задавая себѣ никакого вопроса о томъ, одинаково ли полезны всѣ гимнастическіе приемы для всѣхъ обучаемыхъ. Преподаватель эмпирикъ, какимъ изъ себя представляетъ нашъ армейскій унтеръ-офицеръ, рутиннымъ образомъ продѣлывая всякіе гимнастическіе кунштуки, едва ли будетъ

интересоваться, почему наприм. при подтягиваніи на лѣстницѣ или при другихъ упражненіяхъ у одного блѣднѣетъ, у другого краснѣетъ лицо, у третьяго усиленно бьется сердце, у четвертаго является чрезмѣрная одышка, у пятаго выпячивается шишка въ паховой области и т. подоб. Я ужъ не говорю объ артропатіяхъ, контрактурахъ, невритахъ, міозитахъ и мн. другихъ патологическихъ процессахъ нервномышечнаго аппарата, развивающихся нерѣдко вслѣдствіе неправильныхъ упражненій и чрезмѣрной механической работы на почвѣ истеріи и неврастеніи, распознаваніе которыхъ сдѣлалось возможнымъ лишь только въ новѣйшее время, и которыя въ прежнее время даже многими врачами нерѣдко считались притворными. Нельзя тоже не упомянуть здѣсь и о тѣхъ гипертрофіяхъ сердца и пахомошоночныхъ грыжахъ, которыя уносятся нижними чинами со службы на родину въ немаломъ количествѣ и которыя представляютъ собою ничто иное, какъ продуктъ одностороннихъ, неправильно веденныхъ тѣлесныхъ упражненій. Только отсутствіемъ теоретическаго обоснованія и сознательнаго отношенія къ тѣлеснымъ упражненіямъ можно объяснить уцѣлѣвшій еще въ нѣкоторыхъ войсковыхъ частяхъ анахронизмъ: предъ каждымъ ожидаемымъ смотромъ набивать солдатскую ногу. Подобную процедуру можно безнаказанно продѣлывать съ такими нижними чинами, у которыхъ ранцы съ полной укладкой кокетливо играютъ на могучихъ плечахъ, имѣющихъ въ окружности 32 и болѣе сантиметровъ и на богатырской, размашистой грудной клѣткѣ, имѣющей въ обхватѣ 100 и болѣе сантиметровъ.

Совсѣмъ другая картина получается при набивкѣ ногъ у субъектовъ, имѣющихъ въ плечахъ только 20 сантим. въ окружности, 75 сантим. въ окружности груди, при экскурсіи въ 4 сантим. Ранецъ сдавливаетъ имъ лопатки, вся грудная клѣтка и плечи отходятъ назадъ, крылья носа расширены вслѣдствіе не полного дыханія; лице и кисти рукъ получаютъ синебагровый цвѣтъ и т. п.

Знаменитое изреченіе Морица Саксонскаго, что секретъ тактики заключается въ ногахъ солдата слѣдуетъ понимать условно; не надо забывать, что на этихъ ногахъ имѣются также плечи и грудная клѣтка съ важными для жизни органами, функции которыхъ находятся въ самой интимной связи съ движеніемъ ногъ. По этому одностороннее культивированіе движенія ногъ въ ущербъ другимъ органамъ едва ли можетъ давать хорошіе результаты для развитія у солдата маршевой способности и умѣнія стрѣлять.

Правда, въ наставленіи о гимнастикѣ изложены всѣ мѣры предосторожности для предохраненія отъ вреднаго вліянія неправильныхъ упражненій на здоровье людей; тамъ говорится объ усталости, переутомленіи и изнуреніи. Но для теоретически неподготовленнаго учителя гимнастики всѣ эти выраженія остаются мер-

твыми буквами. Въ подтвержденіе только что высказанной мысли можно сослаться на старый приказъ Его Высочества В. К. Владимира Александровича, изданный по поводу учрежденія въ Петербургскомъ округѣ гимнастическаго кадра. Ожидая существенной пользы отъ гимнастики и фехтованія лишь при болѣе успѣшномъ утвержденіи системы занятій, строго согласованныхъ съ научными выводами, я признаю необходимымъ возвысить въ войскахъ подготовку учителей. Не подлежитъ никакому сомнѣнію, что если въ нашихъ учебныхъ командахъ будутъ теоретически подготовлены инструктора, при болѣе широкомъ и активномъ участіи въ этомъ дѣлѣ войсковыхъ врачей, мы будемъ имѣть въ гимнастическихъ упражненіяхъ одинъ изъ полезнѣйшихъ элементовъ физическаго воспитанія солдата.

И такъ, резюмируя сказанное, можно придти къ заключенію: во 1-хъ съ увеличеніемъ наличнаго состава баталіона до нормальныхъ потребностей службы, во 2-хъ съ улучшеніемъ условій питанія людей во время пребыванія ихъ въ учебной командѣ, и наконецъ въ 3-хъ съ расширеніемъ теоретической подготовки инструкторовъ гимнастики можно надѣяться, что учебныя команды будутъ давать несравненно лучшій контингентъ унтеръ офицеровъ для резервныхъ баталіоновъ.
