

صاحب امتیازی :

«جمعی» کتابخانه سی صاحبی

جمعی .

ادمان

ادمانخیلقدن بحث ایدر اون بش کونده بر چیقار رسمی مجموعه

آبونه :
سذلك راضل ايجوره ارتوزغبرده
خارج ايجوره بری فرانوه

رسمد

باتیبلر

نومرو : ۴

- حکمك نفوذی . . .
- نجبا «فاوول» می؟! . .
- بر تربیه بدنیه معلمی .
- کسافلر
- ادمانچی بر پرنس . .
- برکت و برسین ملویه .
- شوق بك
- بوده می فاوول ؟ . . .

- ادمانخیلقی چوجقلقی .
- اسوج ژیناسقیکاری
- ع . سینی
- ژیناسقیک و سپور
- م . سای
- کساف پولداشانی . .
- علی شگری
- ژیناسقیک و سپور ایچون
- ع . سینی
- ووترپولو
- ادمان حوادتلی . .



حکم ، بر چار ویا میقادونک حسد ایده چی قدر
مدعتش بر قوته ، نفوذه مالکدر .

۶۰ پاره

اداره خانه : باب عالی جاده سنده ، جمعی ، کتابخانه می اوسننده دائرة مخصوصه در

صاحب امتیازی :
« جمعی » کتابخانه سی صاحبی
جمعی

ادمان

آبوز :
سزلك داخل ایچونه ارتوز غررسه
خارج ایچونه بی فرانسه

ادمانخیلقدن بحث ایدر اون بش کونده بر چیقار رسمی مجموعه

ادمانخیلق چوجقلمی ؟

بو بر عمومی ، صالحین خسته لیق !.. بن اصل
بو خسته لیق « ادمانخیلغه » اولان تأثیرینی آراشد بر مق ،
اورته یه دوکک ایسته یورم :

کچنلرده بر بازار کونی قاضی کوننده کی « اتحاد
قلوبنده » اهمیتی بر مسابقه یی سیر ایتمش ، استابوله
کجک اوزره واپوره کیرمشدم . واپوره یتشمک
ایچون بر آرز خیزلیجه یورودیکمدن یوزوم قیزارش
آزاجقده ترله مشدم . بویلهجه واپورک اوست
کوکرتنه سنده اوطوراجق بر بر بولق اوزره اطرافه
باقینیرکن ، آرقداشلردن برینک ایلله بگا اشارت
ایتمکده اولدینی کوزومه ایلیدسی . کیتدم ، یاننده
پر وارمش اوطوردم . ایلک سؤالی « نندن اوقدر
ترله مشدم ؟ » بونی صورمق اولدی !.. قیصهجه
آ کلاتدم ... دیکله دی و اوموزلرینی خفیفهجه سیلکدرک
جواب وردی :

« ... ی چوجقلغلمی خاطرینگه کلدی ؟ .. »
بکا چوجق دین ، عقلجه بخله اکنمک ایستین بو
اسکی آرقداشی تپه دن طیرناغه بردقه دها سوزدم ...
کوردمهک بگا ویرمک ایسته دیکی « چوجقلق » صفتی
کندیسنه دها زیاده لاییق ... عادتاً بیچلمش بر
قافتان !.. حتی بن دها ایلری کیتدم ... دوغروسی ،
اواگا چوجقلتی بیله چوق کوردم .

اسکی ارقداشلغه کوکه ندرک دارینلایه جفتی بیلدیکم ایچون :

بز ، کندیمز - اُک صوگ آجی تجربهلرکده عیان
بیان کوستردیکی وجهه - بر هیج اولدینغزدمیدر ،
نهدر ؟ ... هرشینئ « هیج !.. » اولاراق کوروروز !..
بریی ، بویوک بر غیرت میوه سی اولاراق
اورته یه حقیقه بکنیله جک ، اوکوله جک بر شی*
قور ... درحال ، حتی اورته یه قونان شی* نهدر ؟ ..
اونی آراشدیرمایه ، آ کلامایه بیله لزوم کورمه دن ، تنزل
ایتمدن آغزیمیزی بورارق ، بورنیمیزی بوروشدیرارق :
« آدام سنده .. هیج ... اهمیتسز بر شی* !.. »
دیریز !..

ایلکیز بو قدرمی یا !.. بو « هیج » لک عالی
بزی او قادر صارمشدرکه مثلاً ، اُک بویوک بر مقامی ،
اُک اهمیتی بر وظیفه یی ده صرف « بر هیج ... اهمیتسز
بر شی* !.. » اولدینغدن ناشی بردقیقه بیله دوشو نکسزین ،
تردد ایتمکسزین پرواسزجه قبول ایدر ، اوستومنه
آلیریز !.. آما ، او وظیفه نک آغیرلیتی ، بلیمزی
بوکار ، بزی چوکر تیر ، حتی چوکر تیرکن اطرافزه
طوتونمایه صالدریماز اعتباریه اطرافده کیلری ده
چوکر تیرمش !..

پوه !.. فقط ، ینه بو اوغورسز علت
امداده یتیشیر : « ضرری یوق بوده ... هیج !.. »
دیریز ... سوکرا صیقلماندن ، اوطانجه دن علاوه
ایده ریز : « الله بدترندن اُسیر کسین !.. »

دوغرو بن چوجغ ، فقط سن ده « اعجوبه
خلفتيك ! .. » ديدم . او ، نم كنديسنه وريدكم
بو لقبی شهباز سز كنمدهدی و قبول اجمدهی .
فقط سزه ، اونك حالي المذن كلديكي قدر
بر تعريف ايدمده كوروك ! .. اعجوبه خلقتدن باشقه
بر شي ' اولاييليرمي ! ..

بگزر صاپ صاری ، بويون - تعبير عاميانه سيله -
آرمود صاپي كيبی ؛ كوزلر ، فری سونمش ، قوغوغه
قاجش ؛ اوموزلر چوكش ، صيرت بر آرقانبور لاشمش ،
يا جاقلر يوروركن عادتا انخناييدا ايمه سندن قورقوله جق
قدر اينجه لاشمش ؛ بيلكدرده هكذا اللر ايسه ،
قواق يابراغی كيبی متصل تيره مكده ! ..

ايسته قابا طاسلاق بر رسمنی چيزديكم بو نجيف
فقط مستهزي و متعظم ريفقندن آريليركن قوتليجه
بر الي صيقدم .

بن اونك بر دمت قوروكميك حائنده اولان
الني صيقدقجه اونك ده ديشلرني صيقمده اولديتك
فرقه واريبوردم بر آن كلديكه متعظم ريفسك
صاغ اوموزی تدريجي صورتده بوكسه لمكه باشلادی .
يوزی بوروشدی ، اكشیدی ، دوداقلری بوزولدی .
« اووف ! ... » ينه اسكي حويراتليني بيراقامشيك «
ديدی ! ..

واذواوالی ، اوزمانلر اصل « حويرات ! »
كنديسي ایدی ! .. اوزمان كوربوز ، تعبير مخصوصيله
طوبوز كيبی بر چوجق ایدی ! ..

ها بو ريفقندن آريلازدن اوكون كنديسنك
قاضيكونينه نه ياديني صورماني ده اونوتامشدم !

بنی ، مراقی بر مسابقه ي سیر ايتديكم ايچون
چوجقلقه اتمام ايدن عقلی اوصولو ريفقم ، اوكون
كيچ وقت قاضيكونيه گلش ، بر آز قوش ديلي چاپيرنده
دولاشمش ، ايچ قوربنه لي به قدر اوزامش ، صوكره
يوغورتجي ده كي غازينويه گلش ، بر ياندن بر ايكي تك
آتاركن ، او بر ياندن ده بدايع طبيعتك اك دلفريب

ايكي شكلي ، يعني مناظر طبيعه ايله جنس لطيفي دويا
دويا تماشا ايتش !

فضله اولاراق ده موسيقيك وريدكي وجدلاهوئی
ايله (دوز) لك نشوه ذوقا ذوقی صارماش دولاش
اولش ! .. خلاصه اوكون هر جهتجه معمور ابي
بر عالم يامش ! ..

اوت ، زده ، بوكي ادمانخيلغه عاندهرشي ' فقط ،
شوصوك سنه لرده بر « چوجقلق » عداولومش در ! ..
بويوكلكه مخصوص اولان شيلر : پيس برقهوونك
متعفن هوايی اينجده طاوله ، اسقانييل ، دومينو
اوينامق ، سواقندن كلوب چن قاديستره - حتى اوزاقدن
بر اقباليق بيله اولسه - ايكردنج برايكي لاف اتمق
ويو چيركين شي سیر برلنده ، قيرلرده داهاي بويوك
مقياسده ياتمق ! .. صوگرا ، بو بويوكي داهاي برچوق
اكلنجه لرك مجهرلی بر تاجي اولمق اوزرده ميخانه لرده
چاقيشد ريق ، صيرمق ، ياخود كوركوتوك بر حالحه
سواقلرده كوشه قايماجه اوينامق ! ..

بويوكارتمك ، ادمانه اوغراشانلره الان
چوجق نظريه باقدقلىرته لك عيسان بر دليل ده ،
قاضي كوی اتحاد ادمان قلوبنده بو انه قدر ياييلان
مراقی و بويوك مسابقه لردن هيچ برنده « ۳۵ »
ياشندن فضله ياشده اولان توركارك - ولو كه نظر بونجوي
مقامنده اولسون - كوزوكه مليريدر .

فقط بوكون ، هر حالرینه غبطه ايتديكمز وياخود
ايمه من ايحاب ايدن ملنارك بويوكارى ، - كه بزم
بويوكلكه تلقيسنجه هنوز بر چوجقدردلر - حتى تيمش
ياشنه گلش اولسه لر بيله ينه ادمان دن ، ادمانخيلقمن
واز كچيبورلر !

ادمان ، ادمانخيلق و بونلرك انسانلره تأمين
ايتديكي مادی و معنوی فوائد حقتده شيمدي به قدر
صايسز كتابلر ، مقاله لر يازيلش در .

شيمدي بو كتابلری ، بو كتابلرك شهادتلىرى
بر طرفه بيراقارق بنی اصل بو مقاله يي يازمايه سوق

ایدن ادمانجیلغه عاڈ اڤ سوڤا ایکی حوادتی شاهد
طومتقله اکتفا ایده جکم . ایشته بونلردن
بری ، «دهیلی اکپیرس» غزنه سنک ۷ حریران
۱۹۱۳ تاریخی نسخه سندن آلیمنش بر فقره اولوب
«فاطمه رو بنصون» خاتم افندی طرفسندن بزه
کوندریشدر :

«آلتایا ایمپراطوری بازار کونی بکری بشنچی سنه
دوربه جلوسنی تسعیده باشلاهیجق . اوکون ایلك یاپه چنی
شی ، کندی ارزوسی وطلی وجهله انشا ایدنش اولان یگی
بر «مسابقه میدانی - Stadium» رسا آجق اولاجقدر .
بو ، ایمپراطورک ادمانجیلغه - اولیپید او یونلریته - اولان
صراق و توجهنک درجه سنی کوسته رر . بگی مسابقه
میدانی ، آلتایاده ادمان حباتنک مرکزی وکلجک بین الملل
اوبونلره اشتراک ایده جک اولان آلمان ادمانجیلریک فرارکاهی
اولاجقدر . کلجک اوج سنه طرفنده ادمانجیلگک هر هانکی
بر شبعه سنده کندی کوسته بیلن هر بر ادمانجی بالذات
ایمپراطور ایله آلتایا حکومتنک تشویق و مظاهرتنه نائل
اولاجقدر .

قیصر ، ادمانجیلری ، قوه ملیه محافظه و تزئید ایدن
اڤ آبی واسطه لر دیبه تلق ایدیور . بازار کونی «مسابقه
میدانده» کی مراسمه (۳۰,۰۰۰) ادمانجی اشتراک
ایده جکدر .

ایکنجیسی ده چکنلرده اقدام غزنه سنه «محمد امین»
بک ادلی برذاتک امریقان یازمش اولدینی اوزون
بر مکتوبک آئیده کی پارچه سیدر :

«آمریقاییلریک بو اوبونه (بهیزول) نعتدر مجلوب
اولدقرلرته دژ تام بر فکر و مریمک کوچدر . مثلا نوبورق
ایله بوستون کی اڤ مهم (تم) لر آره سنده بر اوبون
اوبانه چنی زمان بیکلرجه آدم بیات تدارک ایده بیلیمک ایچون
برکیجه بیات کلبه لری اوکنده آچیقده یانار . (بهیزول)
اوبونجیلری هر اوبون موسی ایچون اون بیکدن اون بش
بیک دولاره قدر اجرت آیرلر . اوبون موسنده اعلان
نشر ایدوب اشیا سنی مدح ایتمک ایسته یین بر تاجر «فلان
(بهیزول) اوبونجیسی بونی قوللا بیر .» دیر . مکتب
چو چلری ترجیح ایتمک لری معروف اوبونجیلرک اسم لری
ویا رسملری حای بر روزنی دایما بقالزنده طاشیرلر .

واشینغتون محاکمه اوطه جیلر وقت وقت محاکمه نیک
جریاتی کسره ک بر طرفنده اویسانان اوبونک نتایجی پوسک
سس ایله هیئت محکمه و سماعینه بیلدیرمکه مکلفدرلر .
رئیس حکومت مستر ویلسن هیچ بر اوبون قاچیرماز .
اکتریتله ایلك طوی کندی ایله آتارق اوبونی کفادایدیر .

چکنده خارجه ناظری مستر (براین) ژاپونیا ایله اولان
اختلافی فصل ایتمک اوزره قالیفورنیا په کیده جکندن رئیس
حکومتله وقتسز بر ملاقات اجرا ایتمی لازم کایر . مستر
ویلسن اوصورده مهم بر (بهیزول) اوبونی سیر ایتمکله
مشغول بولنور . اوبون علندن سوک درجه جانی سقیلهرق
آیریلیر . و ایشک ایچنده ژاپونیا مسئله سی اولماسه نه یاپه چنی
بن بیلیردم . «دیر . کچن آبی واشینگتون ایله بوستون
آره سنده وقوع بولان اوبونده واشینگتون مغلوب اولمشدی .
رئیس حکومت بوستون اوبونجیلری حضورینه قبول
ایتمش و بزم اوبونجیلری مغلوب ایتمک لرندن طولای بوستونی
هیچ بر زمان عفو ایتمه جکم .» دیشدر .

مستر (فارول) اسمنده کی بخبرله اوبونی سیر ایدرکن
بو جهتلری خاطر مدن کچیر سیوردم . اوبون دکله بیله سیر
ایدنرک حالی کورونلکه جدا شایان ایدی . بر اوبونجی بر
اثر مهارت کوستروب صانی قزاتجه بیکلرجه کشی یکوچود
کچی برلردن فیزیاور ، جگر لریک بشون قوتیه باغیر بیور
وبرده طرز مخصوص ایله هوپلا بورلردی .

هیجانلی دقیقه لرده الری بانطولون جیبیرینه صوقوب
غایت غریب بر سرورنده دفعات ایله هوپلامق ، (بهیزول)
سیر ایتمک ایجابات اولیه سندنر . بونی کوچک چو چقدرن
آق صاجلی اختیارلره وارنجیه قدر هر کس کال مهارتله یانار .
بوغراچی سیر ایدرکن اولاکولک ، کندی بو ییغایین
چو چقدرک فوننده کورمک میلی طویدم . لکن بر ساعت قدر
او معطده بولندقدن صکره ایشک ایچنده کی عظمتی حس
ایتمک باشلام . امریقا بیولکلکنک امریقا ده کی موقتیک
سری ، مجادله هوسنک شدتی کوسترن بو ییغاینه حرکتلرده
منسوج بولنیور ایدی . هر کس حیات ایله ، هر شی ایله
مجادله ایتمکی ، بشقهر لرنک حقی طمانجی ووطنداش لرله تشریک
حرکات و حسابات ایتمکی مکتبلردن زیاده بو اوبون میدانلر نه
اوکره نیوردی . اوبون میدانلر نه بیکلرجه آدم بوش بره
وقت اضاعه ایتمش اولیور . برشیدن ییلدی بیلمه یین امریقا
دماغ لرنک اساسی اوراده قوریلوردی . امریقا ده بو قدر
زمان بولندیغ حالده بونی ده اول حس ایده مدیکدن
وامریقایلریک جیلغی قزاتجه کولوب طاهره کوره حکم
بردی کدن طولای اوتاندم .

ایشته بویاکی شاهد ، اومارمکه بزم آصیل «بو یوک
چو چقدر» ده ، ادمانجیلری بر رچو چق دکل بلکه
آلتایا ایمپراطورینک دیدیکی کچی «قوه ملیه محافظه
و تزئید ایدن اڤ آبی واسطه لر ...» اولق اوزره قبوله
سوق ایدهر .

اسوچ ژیمناستیکری

تربیوی ژیمناستیکر مقاومت حیاتی بی تربید ایده جگی جهتهل خسته لقلرده مانع اولور .

۲ — عسکری ژیمناستیکر . بونوع ژیمناستیک تربیوی قسمدن آلتان حرکتلردن عبارت ایسه ده بوکاسلاح تعلیملری ده علاوه ایدیلیر . و مقصدی ساحلی و یاسلاحسز اولورق خصمی تحت حاکمیته المقدر .



حکم ، برچار و یا میقادونک حسد ایده جگی قدر مدهن بر قوته ، قفوزه مالکدر .

۳ — طی ژیمناستیکر در که بعض خسته لقلری تداوی به بدنک هر هانکی بر قسمنده کی چاریقلقلری ازاله به خدمت ایدر . بونک اساسی ده ینه تربیوی ژیمناستیکر در . یالکسز بو قسمده کی حرکات بالذات خسته طرفندن یابدیغی گبی ایجابنده بر دیگرینک معاوتیله یایدیریلیر . مسازی ده بو قسمه علاوه ایته لیدر .

بدنمز ، نفس ، دوران دم ، هضم ، حس ، حرکت فعلی بی اجرا ایدن جهازلردن مرکبدر . سخت دیدیگمز کنجینه سعادت ایسه بو جهازلرک ایهای وظیفه خصو . صنده کی سلامت و اقداملردن عبارتدر . بونلرک وظیفه لری حسن ایفایه آنکل اولان تأثیرات خارجه نه قدر ازاله ایدیلیر . بو ازاله ایدیلرک رینه یاردم و تسهیل ایدیجی تأثیرلر اقامه ایدیلیرسه سختمز او قدر امین اولور .

ایشته اسوچ اصولی تربیوی ژیمناستیک ، بدنمزده کی اوما کز به لرک قوت و قدرتلری ، اقدام و غیرتلری تسهیل ایده جک حرکتلردن تشکیل ایدلشددر . یوقاریده وظیفه لری ذکر ایتدیگم جگرلرک ، قلب معدده و باغیر صاقلرک ، کیکلرک و جود مزده بر برلری ، موضوع اولدقلری موقعلری واردر که بو موقع طبیعی کی نه درجه محافظه ایدرسه او آلتلرکده او قدر سربست حرکت ایتمه لری تأمین ایدلش اولور . تربیوی ژیمناستیکر یو خصوصه دک بویوک براعتا عطف ایتمشدر .

شمدبلك تربیوی ژیمناستیکر حقنده کی سوزلری کافی گوره دک ، ایجاب ایتدکجه ایضاحات و یرلک اوزره اصولی نقله باشلایم .

اسوچ اصولنک وضعدن مقدم موجود حرکات اصلاح ایدیلرک و بیگیدن بر چوق حرکتلر وضع ایدیلرک مختلف تأثیرلرده حرکت غریبلری میدانه گلمشدر . بو حرکات مختلف احتیاجاته گوره تطبیق ایدلایکندن بو تطبیق مسئله سی ژیمناستیککده قسملره تقسیمی موجب اولمشدر .

اسوچ ژیمناستیکری دوت قسمه آیریلیر :

۱ — تربیوی ژیمناستیکر در که مقصدی ، سختک تأمین ، قوتک بر صورت طبیعیده تربیددر . حد بلوغه واصل اولانلرده کی تأثیراتدن اولنلری وقایه ، بدنلری تمیه ، قوتلری نه تدریجاً تربید ایدر .

۴ — بدایی ژیمناستیکر . بونده کی مقصد وجوده نظر ربا بر شکل ویرمکدر . اساسری ینه برنجی قسمدن آنمشدر . تریوی ژیمناستیکر وجودک هر طرفی تدریجاً برنسب داخلده تمیه ایدر . فقط بدایی اولان قسم وجودی گوزلشدیرمک ایچین ایجاب ایدن عضو لری نمالاندیر . دانس ووضیت درس لری [la leçon de maintien] بو قسمی اکیال ایدرلر .

بروفسور لینغ ، « هر حرکتک طبیعتله مناسبی وار » دیمشدر .
هر پایدماسی ممکن اولان حرکت تریبه بدنیه نقطه نظرندن موجب استفاده اولاماز ناصیل که انسان هر اکل ایدلسی قابل اولایلین شیلردن غداجه مستفید اولاماز پک چوق شیلر ضرر ویره بیلیر . مثلاً انسان بر قالب صابونی ، گوزنی یوموب چیگنر یوتار . فقط استفاده ایده بیلیرمی؟ حتی ضرر گورمامک ممکن اولورمی ؟

تریوی ژیمناستیکر

یوقاریده بر تفصیل ذکر ایدلدیکی وجه ایله بو قسم ژیمناستیکدن مقصد سحت و تزیید قابلیت حیاتیه در . قوت ، چوبکک وجودک متناسباً شکل ونمائی

تریوی ژیمناستیکرک تصنیفی

تریوی ژیمناستیکرده حرکات ، (۱) وجود اوزرنده کی تأثیرات تمیه بخشاشنه ، (۲) اصلاح و تقویم خصوصنده کی تأثیر لرینه ، (۳) و ساده لک لری درجه لرینه گوره تصنیف ایدیلیر . تعلیم لریک بسیط وخفیفدن باشلا یه رق شدتلی و کوچ حرکتانه دوعرو ترتیبک اهمیتی آشکاردر . بو صورتله هم وجود حدندن فضله قوت صرفه مجبور اولماز ، چونکه بردن شدید و یورنجی حرکتلره باشلامق غیر طبیعی ومضردر ؛ اولا بو حرکتانه خفیف تعلیملر ایله حاضر لایمق لازمدر . هم انتظام محافظه ایدیلره ک دی افراطه میدان ویرلشمش اولور . مبتدیلردن کندی طبیعت و وساطتک خارجنده بر ججده انتظار اولته ماز . صوگرا غیرت وجسارتلرینک کسیرنی موجب اولور . بونک ایچین بر جوق طلبیه بردن تعلیم ایتدیرلدیکی زمان یالکز قوتی ، قابلیتی مساعد اولانلره یاریان حرکتلر دگل ، عمومک استفاده سنی تأمین ایده ک حرکتلر انتخاب ایدیلیر ؛ بو مملک وظیفه سیدر .

مابعدی وار

ژیمناستیک معلی

ع . سفی



عبا « فاول - یا کلیش » می ؟ ..

هر کسک استعدادینه و وساطنه گوره نظر اعتباره آنمشدر . تشکلات بدنیه ده کی خطرارده پک بویوک تأییری وارددر . تریه وی ژیمناستیکلره مداوم اطفالک وجود لری اصلا سوه تشکلاته معروض قالماز فقط مداوم اولمایانلر بو حاله پک مساعددرلر .

بو اصولده حرکتلر ، عضویت اوزرنده کی تأثیرینه نظراً تقسیم و تصنیف ایدیلیر . ژیمناستیک حرکتلری طبیعتک قانونلرینه توفیق ایدلیدر .

ژیناستیق و سپور

— ۳ —

بر ملت که ، سعادتی ، رفاهی ، حیانتک مبارزه سندن
قاجق صورتیله تأمینتی آزار ، او ملت موجودیتی
محافظه ایده من موجودیت استقلالیه سنی ، حیاتیه سنی
بیله غائب ایده ر .

یالکز ملترمی بویله یو فرد واحد دخی
بو شکله در . هم جدالسز
رفاه ، رفاه دکدر .

حیانتک مشکلاته غلبه
ایتمک ایچون چالیشمق صرف
غیرت ایتمک اقتضا ایده ر .
چالیشمق ایسه بدنآ و فکرآ
یو کسلمکله اولور . فرضا بکا
یوز کیلومتر لوق برحمله کیمک
تکلیف ایلسه بویله بر غیرته
کندی مقتدر عدا ایتمدیکم
تقدیرده تکلیف واقعی رد
ایده جکم طبیعیدر . حالبوکه
عینی تکلیفی کال ممنونیت ایله
قبول ایده جنک ، بکا مشکل
کورینن بر ایثی قولای بو -
لاجق ، اونی اکلنجه تلقی

ایده جنک بک جوق کیمسهر واردر . مشکلات حیاتیه
حقدده عینی حال واقیدر . مقاومت حاضرتایمن
کیمسهر ایچون ناقابل غلبه عدا ایملن مشکلات دیگرلری
ایچون سهل الاجرا بر اکلنجه تشکیل ایده ر . او حالده
حیانتک مشکلاتی قارشوسنده ضعف حس ایتمش بو
کیمسهره حیانتک بشقه بر منظره عرض ایتمی یعنی
بدینلکک اجرای تاثیر ایده منسی بک طبیعیدر . اونلر
دورینک دیگر طرفدن باقدقلری جهته حیاتی کوزدل

نصل متأثر اولمام ؛ اجتهایات ، اقتصادیات جهتیله
کبری اولدیغمز کچی ، بدنک تربیه سی نقطه نظرندن
دخی کبری قالمشز .

اوللری کوبلرک ، شهرلرک میدانلرنده جمعه
کونلری دلیقانیلیر طوبلانیر جرید ، بینجیلک ،

کورش و ساژه ایله ادمان
یا پارلار ، کویک و یا شهرک
اغناسی ده کنجلی تقدیر
وتحییلره غرق ایذرلر مش .
ایشته اسلافز بویله لکله
تاریخده خط زرین ایله یازیلیه
لابق سطرلر ، صحفه لر
براقشردر . شدی ایسه
جمعه اولدی کیمز قهوه خانه یه
طاوله و یادومینه باشنه کیمزده
کرمه یه کیدیورم دبه ، چارده
ماستقه شیشه سنک قارشینه .
یو ... یو کسلمه که ، پشامغه
عهد ایتمش بر ملت چالشمق
مصدرینی بویته لوحه دبه
آسمش بولمیدر .



بر تربیه بدنیه معلمی

اجدادیمز چارلری ، میدانلری « ادمانکاه »
مسیره لریده « استراحتکاه » اتخاذ ایتمشردر . ایشته
بو دوشونوش آنلره جدال حیاتده هر موافی
اقتحام ایتمک خصلتی ویرمش و بوسورتله دشمنلرینه
کرک بدنآ و کرکه فکرآ هر دم غلبه چالمشردر .
هیات ، طالع دشمنه غلبه چالمق دکل ، رنده
صایدیر متی امکاتی بیله بزور برمدی . طالع می ؟ خیر...
سعادتی مشکلات حیاتیه دن اجتهابده آرامامن ؛

بوله بولر . و نيکين ياشايورلر . بز حياتده مساعی
 ذاتيره ليله مشکلاته غلبه ايدردك سعادتى تأمين ايدده جك
 كنجلر يتشد ريملى يزكه ، آتيدن اميدوار اولالم .
 عالمه لرى آره سنده ، مكشده و محيط اجتماعيلرنده
 ايني تربيه كورن كنجلر بر انسانك دائما هر هانكى
 برمشكله غلبه ايجسى لزومنه قانعدرلر . بو صورتله تربيه
 ايديلان كنجلر استراحته دكل مجادله حياته سعي
 ذاتيه ، ايلرويه طوغرو و كيمكه حاضر لاشمدرلر .
 تشكك اجتماعيلرى كنديلرينه مشکلات حياتيه غلبه
 ايچون لازم كان استعداد و قابليتى بخش ايدليك جهته
 اونلر مبارزه حياتده قطعياً قورقازلر . و بونك نتيجه سى
 اوله ورق دركه ، بوشكلده اولان ملنلر دائما تعالى ايددر .
 يوكسه لير و اردولرى ده مظفريتدن مظفريته كه چر .
 والا لا

اغنيامنك كيسه لرنيك آغزى باغلى ، اختيارلر -
 يمزكده هر يگي كوردكاري شيلره آغزى آچيق
 معارض اولوشلرى بزى يوكسه لمنز ، كورولور كه ،
 حياتده عدم ممنونيت و ياس ، كدر ، ثباتسزلق تشكك
 اجتماعيلرى كنديلريني چالشمغه حاضر لاميان بتون
 اقوام افرادنده مشاهده اولتيور .

بزم عقللى خواجه لر يمز سعبي مدح ايددرلر .
 و مكشيلرده جوجقلى چالشمغه آليشد ريمق ايچون
 ممكن اولديني قادر غيرت ايددرلر . طوغرى لکن بز ،
 سعي بر بارگران حيات ، سعادتى سكتهدار ايدن بر
 آفغاريه اولق اوزره تلق ايتمشز ؛ حالبوكه سعي بزم تلق
 ايتديكمز طرزده تلق ايدليور . متمدن ملنلر سعبي
 بر عذاب دكل بالعكس بر منبع سعادت عدايد بولرلر .
 اوبه ايا ، بزم سعبي منبع عذاب ديه تلق ايدلشمز
 طوغر و در . نهدن ؟

بوتون كون مكشده مطالعه ايله اوقات
 كذار اولدقدنصكره اقساملريده خانه سنده ساعت اونه
 قدر درس و وظيفه لرني احضار ايچون چالشمغه
 مجبور طوتولان بر كنج و ياخود بر انسان طيبيدركه ،

سعبي منبع عذاب صورتيه تلق ايددر . ايتيويده
 فطره ذكي بر آدم ايسه بنيه سنك عدم تربيه سندن ناشي
 حياتك مبارزه سنه تحمل ايدده ميوب اولور كيددر .
 كيددرده ملتي ده بيلكيسندن بر استفاده ايددمز .

يالكز فكره چالشمق قضيه باطله سنه مستد
 اولان بو فرط سعي هم صحته همده تحصيله مضر در .

بزه اوبله كنجلر لازم كه ، قفاسيله بنيه سني بر آره يه
 جمع ايتمش حيات مجادله سنده هر آتيلاجق و ياخود
 آتيلمش بويوندور و غي سو كوب آسون ، آسونده
 هم كندى معيشتي و همده معيشت عموميه سني سكتهدار
 ايدنلرى صحته جدالدين قاچير سين .

ايشته ، بو مقصده وصول آتچق و آنچق تربيه
 بدنيه و تربيه فكريه ايله اولور . مكشيلرده اساس ، تربيه
 بدنيه در . اوندن صوكره تربيه فكريه كلور .

تحصيلدن حقيله استفاده ايدده بيلمك ايچون تربيه
 بدنيه يه رعابت ايتك لازمدر . چونكه تربيه بدنيه
 تزويد معلومات ، تشبث شخصي تقويه ايددر .
 بشاء عليه طلبه نك و طلبه نك غيرى اولان بزلرك
 هر كون رياضت بدنيه ايله اشتغال ايتهمز و بتون
 وجودى حركت و فعالته آليشد ريره رق مساعى ذهنيه ده
 افراطله و بر حيات عطا تكتارانه نك نتيجه سى اولان
 كسالتك اعحاسنه چالشمق لازم ، نه ايله تربيه بدنيه
 ايله فصل ؟

آمان و ايسوج ژيمناسيتيكلرى ديديكمز اصوللر
 حقتده كي اوزون اوزاديه مطالعه مزى يور و نه مدن
 اول شوراسنى عرض ايدده يم كه ، هر قومك ، هر انسان
 كتله سنك ، هر قطعه ، هر منطقه ، هر ملكت و حتى
 هر كوى ... سكه سنك ، آرزوق خصوصى اوصاف
 و طبائى وارددر ؛ اقوام آره سنده حيات ماديه و معنويه ،
 اوصاف و قابليات بدنيه ، حسيات و تلقيات اخلاقيه ،
 اعتيادات و تشكيلات اجتماعيه ، اعتقاد و مراسم مذهبيه ،
 و الحاصل همان هر شى اعتبار به بويوك تخالفلر موجوددر .

ایشته ، انسانلر بئنده اوصاف و طبایع نصل بویله متوع ایسه تطبیق ایده جکمز ژیناسیتیکلرده هرکسک بینه وقابلیته کوره متحولدر . - متحول اولان اصول دکل چیزه جکمز پروغرام - .

تریبه بئنه معلمی

دها وار م . سامی

سراجخانه بانئ ۲۴ حزران - ۳۲۹

کشاف یولداشلغی

انسانلر ، نه وقتکه باشقه لرینک یاردیمی اولمقسنزین

کندی یوللرینی کندیلری بولور ، کندی ایشلرینی کندیلری کورورلر ، ایشته آنجق اوزمان « سجه » ده نیلن موفقیت سلاحی آله کچیره بیلرلر .

چوللرده ، داغلرده ، صیجاق اقلیملرده ، دگز - لرده خلاصه هر یرده انسانلر ، - هر دقیقه تهلکهلر ایچنده ، یالگیز کندی نفسلرینه ، کندی قوت ییکادلرینه کوه کهنه دک مدینه بول آچیورلر . اولر ، کیمسه طرفندن کوروله دکلری ، آقیشللا .

نمادقلری حالده بیله بینه لزومنده بررلرینه معاونت ایده دک و آردندن قوشدقلری مقدس مقصد اوغورنده حتی جانلرینی بیله ایاق آلتنه آلاراق - ایشلرینه درت آل ایله ساریبور ، جالیشوب دوریورلر . بو آدملر - عموم

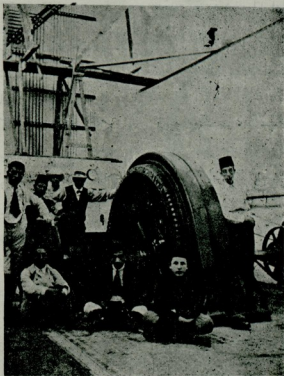
ملک « کشافلری » - بوکونکی مدنیت و ذوق و صفا عالنده انسانلغک وانسانلق سجه سنک آک آبی ، آک اکل اورتکلریدر .

صوک زمانک هر تورلو ترقیانه مظهر اولمش اولان برشهرده هر هانکی بردلیقانی ، یالگیز کندی کندینه کوه کهنه ... چالیشقان بر آدم اولمق ایچون نه کیی بر فرصت بر یول بولایلیر ؟ .. اوشهرده که ، هر شئی کندیسی ایچون ؛ تراموا بلر ، اوتوموبیللر ، آسانسورلر ، الکتریقلر خلاصه بونلره مائل بر چوق اوجوز خدمتکارلر طرفندن هم ده بو یوک بر قولایلقه یایلیر دورور .

اونک ؛ کوزلرینی ، قولقلرینی قوللانمايه ، آیقارینی

ویا بئنی یورمايه احتیاجی یوقدر . بونلری ییلدیکمز حالده تحفدر که بز بینه ملترک نهن کیندیکه کوشک ورنکسز ؛ غیرت و فراستز اولدقلرینه حیرت ایده ریز . بو ، بو یوک بر اهمیت ملیه بی حائر بر مسئله در . چونکه ملک « سجه » سی او ملنی تشکیل ایدن فردلرک سجه لری یکونیدر . مادامکه بوکون « سجه » قازانمق ایچون بر مکتب مخصوص یوقدر ؛ او حالده « چوجق کشافلری یولداشلیغی » افرادینه

ویرمکده اولدیفنی تعلیم و تریبه ایله بویله بر مکتب اولمايه چالیشمقده حقلی کورولمیدر . یوقاریده چوجق کشافلرینک یایدقلری بعض شیلری ذکر ایتدیکمز ایچون صانیلماسین که بز تعلیم و تریبه مزده کی



کشافلر ایزمبئنده چوخه فابریقه سنده

يکانه مقصد جان قورتارمق و سائرلرينه يارديم ايتمکن عبارتدر . بن يالگيز تعليم و تربيه مزك يالگيز اوشعه . سندن بحث ايتدم ؛ چونکه بوشعهده کي مساعينک ضبط و ربطک ، وطنپرورلکک اساسي اولان ، استحکار نفس فضيلتي تازه دماغلره حک ايتمک کي اؤ اهميتي براهيه معطوف اولسي دولايسهلدر .

بز « سجه » نك ديگر جهتلردهده انكشافه چاليشيريز و اصولز قيصه جه شونلردن عبارتدر :

۱ — دليقاني بي ، « قهرمانلق » امتحانلريه كشاف بولداشلغتك ايريش اولديني درجهلره ترفيع ايتديرمك كه بو « قهرمانلق » ايچونده هيچ برشي دن بيلماق (هر هانكي براي شي باشارمق ايچون تطبيق ايديلن بر چاره ابي گلهديسه همان برديكري تطبيق باشلامق) بيكتلك ، كندى نفسى دوشونمهك ، وجود صاغلاملي ، تصرف ، چاليشقانلق و فكر مسؤليت كبي فضيلتاري اساس طوتارتيز .

۲ — اهليت نشانلريه چوجقاري سرسريلكدن قورتارداق كينه چك بر صنعت اؤده ائجه تئويق و تشجيع ايده ريز .

۳ — طوبدن اطفايه ، معاونت صحيه ، ساحل محافظتي و سائره كبي عمومي وظيفه لري درعهده ايتديرمكه دليقانليري ديگر مهجاسلرينه و حكومه ، فقط مكافات قازانمق اميديله دكل بله خالص بر وظيفه پرستلك حسيله خدمت ائجه آليشدرمق . تك برسوز ايله ، بزم بوتون مقصد و هدفز ، دليقانلير كئله سي مملكتلري ايچون ابي و مكمل بر وطنداش حالنه كتيرمك دن عبارتدر .

يك اعلا ، دوشونديكلي بيمزي يپاركن اوگومزه عيجه نه كبي زورقلر چيقيور ؟ .. ايلك باقىشده ، بويولده هيچ بر كوجلك مشكلات كوزه چارماز ؛ عيجه افراد بولمقده هيچ كوجلك چكيلمه بور . هانكي صف و مذهبن اولورسه اولسون هر چوجق بولداشليغيمزه كيرمه به جان آتيور .

فقط ، تعليملر بيمزي تطبيق ايچون ابي اهليلتي كشاف خواجهلري لازم . بونلر عسکر طابورلرني اداره ايدين ضابطلر كبي ، كنديلري — سجه — صاحبي آدملر اولماليدر . فضله اولاراقده غيجهلري كنيش و چوجقغلك ميللرينه واقف بولونماليدرلر ؛ يوقسه موفقيتسزلك حاضردر .

ايسته اؤ بويوك مشكلات ، زورليق ، بويكي اهليلتي خواجهلر تداركندهدر . تربيه ايديله بيله چك چوجقكلر صابسي اوللري تربيه ايتمك اوزره كنديسي اورته به آتيجق خواجهلر ك صابيسنه باغليدر . بوتون چوجقلر حاضر ، و يالگيز خواجه ، ضابط بلكه بورلر . خاير ، خاير ، اولنرك هپسي بلكه بورلر — بر جوقلري ، تهلكه ، بحران ديقه سننده كنديلرني دوردير اچق و موفقيته ، سعاده كيدن اوتنه كي بوله كيره چك قوتلي بر آنايك قوتلي اولماديبي جهته يانمزدن قايبو كچيور سرسريلكه دوعرو و كيديوورلر !...

اينم كه بو خيرلي ايشي اوزرينه آلايله چك يوزلجه ، حتى بيكلرجه كنج واردر . فقط اولنر قيدسزدرلر ؛ چونكه ذهنلريني بوجهته اصلا بورماشلردر .

هيچ بروقت اولنرك عقلمدن كجه مشدر كه بوش و قتلرني ، غولف ، به يز بول ، يا خود بيلاردويه باغلامقيله اولا كندى نسللريني صوكراده ديكرلريني دوشونيبورلر — اوده دوشونيبورلرسه !.. كنديلرينه بو حقيقت كوستريش اولان بر جوق كنجلر — كشاف معلمى — اولاراق بزه التحاق ايتمشدردر . حقيقه بر كنج نه قدر ابي بر ادمانجي — Sportsman — ايسه او قدر ابي بر — كشاف معلمى — اولور . چونكه ايش اساس اعتباريله بر « ادمان — Sport » دن باشقه برشي دكلدر .

بر جوق كنجلر واردركه بر دوزيه فرصت آللرينه كچرسه مملكتلرينه خدمت ايده چكلرندن دم اورور دورورلر ، فقط آللرينه هيچ بروقت فرصت كچيردكلري ده كورولمز . چونكه اكثر يتله بونلر ك

کوزلی ایله ری ده ، عادتا کندی افقارینک آرقه -
 سنده در . اگر بونلر ، بقینه ، برونلرینک دینه باقش
 اولسلر و یا باقیه تنزل ایتمسلر چوق وقتدن بری
 آرامقده اولدقلری او فرصتی همه حال کورورلر -
 او فرصت که کندیسنن دهاکنج اولان و هپسی
 اکنجه به جان آتان برچوق کوچوک قارده شلری
 بر آرایه طولایلاق ، اولنره قهرمانلق و ادمانجی حیانتدن
 بعض شیلر کوسترمک اورمانلرک صحت و سربستلکنی
 قیر اردوکاهی یولداشلغنی اویونلرک ، اکنجه لرک
 نظامنی ، ضبط وربطنی ، خلاصه حال حاضرده کی مفرط
 مدینتک - انسال آتی بی بوتون مردلک اوصافدن

صویارق آری کیبی یاپمایه ساعی
 بولونان - تأثیرلری تضمین
 ایده جک فائده لی و آبی شیلرک
 هپسنی کوسترمک ، آکلامق
 و یابدیرمقدن عبارتدر .

بو ایش ، نه زور ونه ده
 مصرفی در . آنجیق بر قاج
 دلیقانی بی بر آرایه طولایلاراق
 کسافلر تعلیماتنامه سنه کوره
 اولری تعلیم و تربیه اتمک
 و اداره سی اتسه الدقلری
 بولوکک ضبط وربطنی و اهلیتی
 حقدنه کی مسئولیتی - که شه سز
 معنوی بر مسئولیت در - در عهده
 اتمک . ایشته بو قدر .

لکن ، کشف یولداشلغنک عمومیلشدیر یلمه سنه
 اُک چوق تأثیر ایدن شی ، اهالینک بو یولداشلغنک
 مقصد و هدفی حقدنه لازم کلدیکی قدر معلوماته مالک
 بولونماسی در .

بو ، اولجه تاصارلامش ، قونوشولش بر شی
 اولمایوب کندی کندینه میدانه جیقمش و بوومش
 بر یولداشلق در . بو یولداشلق ، بولاشیق بر خسته لق کیبی
 بر دنبره بر چوق ملترک چوجقلری آراسنده یاییلمشدر .

بو آراق یک طبیعی اولاراق اورته به بر چوقده
 تنقیدجی لر چیقمشدر . بونلر اکثریتله یا کایش نقطه لره
 دایاناراق تنقیدلری یوروتیورلر .

مثلا ، دنیلورکه ، بو یولداشلق « ادمانجی قیافتی
 آلتده جیحیلی بیجیلی وارز و ایدیه جک بر حاله صوقولش
 بر نوع عسکر یتیشدیرمک ایچون مکتبدر .
 اگر بو اعتراضجیلر تعلیم ایچون قولاندیغمز
 اصوللره بر دفعه باقش اولسلر ، بزم « عسکرجه
 تعلیملردن » صورت مخصوصه ده قاجینمقده اولدیغمز
 یک قولای کوره بیلیرلر .

اساس اعتباریله بزم هدفز چوجقلری عسکر
 یاققدن یک یوکسکدر - بز
 عسکر دکل بوتون معناسیله
 بر وطنداش ، بر اهالی
 کتله سی یاپمایه چالشیورز .

بز عسکر تعلیملردن
 قاجنیورز ، چونکه بو تعلیملر
 چوجقلری بر ما کنه نک
 مختلف قسملری حاله قوبمایه
 ساعیدر . حالبوکه بزم املیمز ،
 هر بر دلیقانیلینک فر دیت
 و مسئولیتی انکشاف ایتدیر -
 مک در . ضبط وربط
 عسکری ، صرف مجازات
 قورقوسی در . عسکر قیافتی
 طاشینیلدینی مدنجه واردر .

چیقاریلدینی آندن اعتباراً ایسه همان یوق
 اولیوریر . ع . شکی



کسافلر ایزمیتده کل تپسی اتکنده



ژیناستیک و سپور ایچین

سامی بکک کچن نسخه ده کی یازیلی گر چه هوا بدن مستغنی ایسه ده، ایجابی وجه ایله تعریض ایده جگندن بحث ایندیگی حالده ایشتی تجاوزه قدر وارد ریغندن، آراده برده مدح ایتمک ایسته دیگی تریوی ژیناستیکلری یا کلتش تلقی موجب اوله جق جمله لر صیقیشدیر - دینندن بی طرفانه تنقیدی لازم گیلور.

اولاً: کوز یاشلری، قلب حسلری تشریح ایدن شعرائک، ادبائک وجود حقدنه کی وقوف سز لقلرندن بحث ایدیورکه، بو یولده یازی یازانلرک اسملری صایارسه - اوله ظن ایده رم که - کندینک بر آز یوزی قیزاره جقدر.

ثانیاً: ریاضیونک، فلیکونک گوکده بیلدیز آرادکن وجود بشره هوای نسیمیک اجرا ایندیگی تأثیراته واقف اولمادقلری سوبله یور. بگا قابیسه اوزوات، سامی بککندن، بن دنده بک فضلہ وقوف صاحیدر لر. ثالثاً: یازیلرک اورته سنه دغر و اولان قسملری مرتب سهوندنمیدر؟ ندر؟ بر درلو آگلا شیلما یور یالکیز نه مناسبه بیلیم! آلمان ژیناستیکلری ایسه قاریشدر یلر ق بو یابده سوز سوبله مش اولانلره طاش آتیلق ایسته نیلمش. بو طاشلر، اوسوزلرک صرف ایلدلکاری زمانلر عجا زده اییلر؟ آلمان ژینا - ستیکلری نک محذوری حرکتلرندن، بو مملکتده ایلک دفعه شکایت ایدن سلم سیری بکدر. و حقیقه بو اصولده صرف زینندن عبارت، یوریحی حتی مضر حرکتلر یابیلیمده ایدی: فقط تأثیرات فیزیولوژی لری گوزه - دیلیرسه نافع حرکتلر ده وارد. مثلاً: نابت دمه برده افق دوروشلر مضر در. چونکه دماغه قان زیاده هجوم ایدر، نفس انقطاعه اوغرار. حلقه لره صلیبده بو یلدهر. بو حرکتلر بک مدید ادمانلرله آله ایدیله - بیلیرسه ده مضر تندن صرف نظر ترک ایدلنجه ده جزئی بر زمانده قاچوب کیدن برکوستریشدن عبارتدر.

فقط کندینی چگمک وسائره گبی بر جوق حرکتلر ده واردر که خطالرندن اجتناب ایدیلیسه بک فائده لیدر. بو حرکتلرک اسوج ژیناستیکلر نده کی (اصیلمه Suspension) حرکتلرندن فرقلری یوقدر. فقط نام بر استفاده تأمینی ایچون منفرد اوله رق یابیلمالی، تریوی اصولده اولدیگی گبی بدنک هر طرفی متناسباً ایله ده جک حرکتلر انتخاب ایلملی. او زمان مسئله تقلید جیلکدن چقار معقول بر شکل آیر. بو نوع ژیناستیکلره اشتغال ایچین ده امتیازی بر فطرته مالک اولمق لازم کیز.

اگر اسوج ژیناستیکندن ماعدا بوتون حرکتلر قنا ایسه سامی بک دارالشفقه ده نه ایچین (لوبود)، (جوبوق) تعلیملری یاپدیریور؟

اسوج ژیناستیکلری نک کرک مکتبلرجه، کرک عموم ایچین فوایدی بزجه چوقدن لایق اولدیگی اهمیته تلق اولمشدر. ژیناستیک معلملی، حتی ژیناستیک جیلک سامی بکک هنوز خاطر و خیالندن کچمه مش ایکن بواصول بعض مکاتب خصوصیه ده طرف عاجزانه مدن تطبیق اولمشدر. اوزمان اون بر، اون ایکی یاشنده بولتان طلبه بوگون سامی بک ایله هم سن بولونویورلر. سامی بک بو مملکتده آلمان ژیناستیکی یاباجق آدم گورمه یورم دییورکه بوسوزی ده درجه وقوفه واضح بر دلیدر.

بونلر، سامی بکک دیدیگی گبی نه ایدوکی بللیسز شیلر دگل بالعکس، یاپدیقی دوشون و بیلیمدیگی آگلامادن یاپایان کیمسلر ایچین بک آشکار بولیدر. سامی بکک آلمان اصول اورزنده مارسه و تدقیقاتی اولمادیگی ایچین احتمال کندینسنجه بللی دکدر.

«آلمانیا ده ضابطه، چوققلری بیهلری ایله قابل تألیف اولمایان سپورلردن منع ایدیورمش؛ اونلک ایچین آلمان اصولی دیه باغیر ماملی امش»! عزیزم

آلمان اصولی دیدگمزشی سپور دگلدرد. برنوع تربیه بدنیهدرد. محذوری ویا فعی باشقه بحث.

سپور مقالهسنده « اصول حقنده باغیر ، باغیر ، باغیراناره دیرم که ، صحی و تربیوی اسوج اصولی بزم ایچین الک معقول اولانیدرد ، دینلیور.

باغیرانلر آز چوق برشی* آکلابه بیلمشلردرد؛ بناء علیه نصیخته احتیاجلری یوقدر. شونیده علاوه ایدهم که ، مقالهده سوبلندیگی گئی ، تربیوی ژیناستیکلرده وجود حرکتی اقتحام ایتمز ، حرکت وجودی تقویه ایدرد. مقصد اقتحام دگلدرد؛ اقتدار داخلنده کی شیلرله اصلاح بدندر. عرق بوسورتله قورتاریلیر . اقتحام سپورده اولور. بویه اولی اولمالیان ، آخری گلمز اولو اورتیه سوزلرله ستونلر اشغال ایدیله چکنه عقل ایریبورسه مفید سپورلره ، ژیناستیکلره دائر یازیلر نشر ایدلسه ، مملکته ایشته اوزمان خدمت ایدلمش اولور .

ع . سبفی

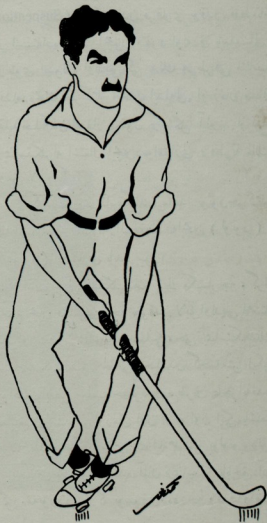
ووترپولو

ویا خود

دکیز طوبی

شهرمنده الک زیاده معروف اولان بر اوپون وار ایسه اوده « فوتبول - آیاق طوبی - » در . حتی بشقه اوپونلرک بیلنامسی یوزندن درکه بو صیجاقلرده حالا آیاق طوبنک اویناندیغنی کوریبورز . اوینانلر تردن سو ایچنده قالیور . کونشده یانیور ، لزومندن فضله یورولیور ، نهایتده بیتاب دوشیور . « بونک بدنه ناندیسی واردر ، دیمک ایچون انسانک فی انکار ایتمسی ایجاب ایدرد . هر اوپونی موسمنده اوینامق هر حالده فائده لیدر ؛ بوکا بناء ایزمیرلیرکده بو موسمده فوتبول ایچون استانبوله گلرخی بر غریبه اولاراق تلقی ایدم بیلیرز .

شمدی قیش کجدی ، یاز کلدی ؛ بزده تمامیه یازه مخصوص برطوب اوپوننک مملکت مزده بیلیمه سنی ، عمومی لشمه سنی آرزو ایدیورز ؛ حتی بوسنه اولمزسه



ادمانچی بر (برنس)

اصول حقنده باغیرانلرک برنجیسی سلیم سری بک ، سوکرا من غیر حد بن ایم . او ذات ایله نیم ایسه سامی بکک نصیحتلرینه ندرجه به قدر محتاج اولدیغمز شایان تدقیق دگلدرد . یازیلرده باغیر باغیر ، باغیر مامش اولانلره نازکانه خطاب ایدلسه ده ای اولور . چونکه

بیله کله جک سنه - قلوبلر تعدد ایتدکجه - بو او یون ایچون بر «لینگ» پالمسی تئی ایدر ز.

ایستدیککنز قدر شدتئی اویناییکنز ، هیچ ترله میه جکسکنز ؛ چونکه صوده طوب اوینا جکسکنز . بونک تجربه سی ، بوندن درت سنه اول مقری کوینده «مقری کوی» قلوبی ایله «غلطه سرای» قلوبی آراسنده اجرا ایدلش و هیچ کیمسه ده ترله مشیدی . اوچ مسابقه دن اوچنجه غلطه سرای قزانمشدی . هرایکی قلوبک طاقلرنی احمد روبنصون بک احضار ایتش ؛ کندیبی ده غلطه سرای لیلرک «فور وورد» خطنده بولمشدی . دکز ، قلملر (غوللر) ، چیز کیلر و اشارت لرله مکمل صورتده حاضر لیش و بو خصوصه اون بش لیرا صرف ایدیشدی . مختلف رنگده قالباقلر کینمش ایکی طاقم آراسنده اجرا ایدیلن بومسابقه بی ، تماشا کران ، بو یوک بر دقت و مراقله سیر ایتشدی . بو تجربه ده کوستر مشدیکه هم تماشا هم ده او یون نقطه نظرندن دکز طوبی فوق العاده مکمل و مراقلی براویوندر . بوندن ماعدا یوزمه او کرتمک ، بدنی فعال طوتمق و جان قورنارمق کئی خصوصانه اولان فوایدندن بحث ایتمکده زائددر .

بز بو او یونی ادماخیلری مزه بیلدیرمک ایچون استوقهولمه دین الملک اولمیاد مسابقه لرنده اوینامق اوزره تنظیم ایدلش و بو کون هر کسجه قبول ایدیش اولان دکز طوبی اصولندن و نظامانندن بحث ایده جکنز :

«دکز طوبی» نظاماتی

۱ - او یون محلی : قلملرک آراسنده کی مسافه یکریمی بدی بیچق (۲۷٪) متروندن فضلّه و اون بدی بیچق (۱۷٪) متروندن اکسیک اولیه جقدر . هرایکی چیز کی بر برینه موازی اولمق اوزره او یون محلتک اکی ده اون سکنز بیچق (۱۸٪) متروندن فضلّه

اولیه جقدر . قلملردن بر مترو سکنان بش (۱۸۵) سانتیمترو ، اوچ مترو بتمش (۳،۷) سانتیمتروده پناائی - جزا چیز کیلرنی ارانه ایتمک واورته چیز کیسنی کوستر تک ایچون ده تام واورته ده کنار چیز کیلری اوزرینه مکمل اشارت لر وضع ایتمک لازمدر .

۲ - ده رینلک : صوبک درینلکی بر متروندن آشانی اولیه جقدر .

۳ - قلمه «غول» لر : قلمه قازیق لاری او یون محلتک هر ایکی نهایترینه وضع ایدیلیر . بانو داخلنده اولور ایسه اک اشانی ، بانو بونک کنارندن بر ایاق یعنی اوتوز بیچق (۳۰٪) سانتیمترو اوزاغه قونمیدر ، و الحاصل هر بر مانعه دن بر ایاق اوزاق بولمیدر . قلمه قازیق لاری آراسنده کی مسافه یعنی قلمه نک بو یوکلی اوچ مترو بش سانتیمترو (۳،۰) در . صو بر مترو الی اوچ سانتیمترو (۱،۰۳) ویا داها درین اولور ایسه قلملرک اوستده کی افقی قسمک - صوبک سطحندن اعتباراً - یوکسکلکی طقسان بر بیچق (۹۱٪) سانتیمترودر ، صوبک درینلکی داها آز اولور ایسه زمیندن یعنی صوبک دینندن اعتباراً یوکسکلکی ایکی مترو قرق درت سانتیمترو (۲،۴۴) در . قلملره آغلر ، قلمه سطحنی ایجه چویره بیله جک وصو یوزندن ایچریده بولونا جق و جهله وضع ایدیله لیدر . قلمه آغلری محقق صورتده قلمه قازیق لردن لا اقل بر ایاق یعنی اوتوز بیچق (۳۰٪) سانتیمترو بولنه جق و قلملرک افقی آغاجی خذاسندن آشانی صارقه جقدر . قلمه قازیق لاری و آغلری مسابقه لرایچون شهرده کی قلوبلرک طاقلاری طرفندن یریلیر .

۴ طوب : مشین قیلیقی یو وارلاق و ایجه طولش اولوب چوروسی ۶۸ سانتیمتروندن آز و ۷۱ سانتیمترونده فضلّه اولیه جقدر . طوب صو کیمز برحاله یعنی (Waterproof) اولمغله برابر اوزرنده قایش کیبیشیلر اولیه جق و یاغ و سارده کی مواد سطحنه

سوروليه جگدر . مسابقه ل ايجون طوب ، شهرده كي
قلوبلك طاقتري طرفدن ويريلير .

۵ - باشلق وباراقلر : - بر طرف طاقتري
بياض باشلق اوبر طرف طاقتري ده قويو ماوي باشلق
كبير . هر ايكي طرفك قلعه جيلري قرمزى باشلق
كبيرلر وايستر لسه كندى طاقنه عاقد اولان رنكندن ده
باشليغنه قويبايليرلر .

« غول اشارتجي » لر ينك هر برى ايجون برر
قرمزى ورر بياض بايراق بولندير يله جقدر . يوقا ريكي
ايشانك جهلسي شهر قلوبلر ينك تيملري طرفدن ويريلير .

۶ - رسمى

ذوات : - رسمى ذوات

بر «حکم» بر «وقتی»
ايكیده «اشارتچين»
مرکبدر .

۷ - حکم :

حکمک وظانفي بروجه
زيردر :

(۱) اويوني باشلاقم .

(ب) طوغرى اولميان وقايا اولان اويونلري
طوردمتق .

(ج) منازع فيه احوال حقتده قرار ويزمك .
(د) ياكيشلاري (فاووللري) اعلان ايتمك وبوكا
عاقد نظاملارك موقع تطبيقه قونديغى كورمك .

(هـ) «اشارتجي» لر طرفدن اخبار ايدلسون
ايدلسون غول اولديغى ، طوبى قونردن يعنى كوشه دن
آتمق لازمكلايدىكى وياخود قلعهدن آتمق ايجاب
ايددجكى بيلديروب قراريني ويرر .

(و) غوللر ، ياكشش يعنى فاووللر وديكر اويوني
طوردبره جق احوال حكم طرفدن دودوك سسيبه
بيلديريلير .

حکمک هر بر قرارى صوك و قطعيدر وهر بر
خصوصده اويونلرک نهايته قدر اجرا و تطبيق ايدلميدر .
اختصار - طوب تکرار اويونامغه باشلامزدن
اول حکم ورمش اولديغى قرارى ديكشديره بيلير .
کرك اويونچيلرک وکركسه تماشاکرانک احوالنه
بناء وياخود احوال فوق العاده دن طولاني اويونک حقتى
بر نيجه و برمه سنه مانع اوله جق حادثات ظهور
ايتديكى تقديرده ، حکم لزوم کورور ايسه اويوني
هر ايتديكى وقتده دوردوزمق حقتى حاضردر .

۸ - اشارتچيلر : - اشارتچيلر طرف بكنيرلر ؛

بونك ايجون حکم «يازمي»
طوغرامى ؛ «ديه هوايه
پاره آرتار وکيم قرانير
ايسه اوطرف ايتديكى
قلعه يه كيدر . اشارتچيلر
برى صاغده ديكرى
صولده اولمق اوزره
کنارچير كيلرنده وغوللر
ايله بر خذاده بولتورلر



برک و برسين طوبه ...!

وطوب قلعهدن «تماميله» ايجرى به کيرمش ايسه
«غول» ، «چيرکيني کيمش ايسه» «آوت - ديشازى» ،
«قورنر - کوشه» ده ايسه «قورنر» اشارتچي حکمه وررلر
«آوت» اولديغى وقت طوبک قلعهدن آيتمهسى ايجون بر
بياض بايراق ، قورنر ايجون قرمزى بايراق وغول ايجونده
هر ايكي بايراغى بردن کوسترلر . اشارتچيلر يرد کيشدبرمن
ودائما کندى طرفلرينه کلن طاقلرک غوللر ني صايار
واشارتلريني وررلر .

۹ - وقتی : شهر طاقتري طرفدن بر Stop-watch

ديدلکرى ياريش ساعتى ايله بردودک ويريلير . وقتجى
«هاف تايم» ايله «تايم» ي دودوکله بيلديرير
وهرکس طرفدن هان نظراعتباره آلير يعنى اويون
هان طورر .

۱۰ - وقت : « بر مسابقه نك » زمانى اون

درد (۱۴) دقیقه اولوب بدی دقیقه بر طرفده ویدی دقیقه دیگر طرفده اوینانیر . طرف ده کیشدیرمک ایچون « هاف تائم » اوج دقیقه در . ایسترغول اولسون ، ایستر - فوتبولده کی غول کیک کبی - « غول آیشی » اولسون و ایسترایسه « قورنر آیشی » اولسون طوب غول خطدن طیشاری به چیقوب تکرار اویناچه به قدر یعنی طوبی آنه جق او یونجینک السدن چیقجه به قدر طوب او یوندن خارج عد ایدیلیر و بومدت طرفنده کچن وقت دائما او یون زمانندن تزیل ایدیلیر .

منازعه لر ، یا کاشقلر

(ناول) ، و یا طوب

او یون محلندن خارجه

یعنی « نأجه » چیقدینی

وقت ، و یا خود ۲۲ نجی

ماده ده کی احوال دن

طولانی طوب طور دینی

وقت کچن زمانلر کذا

او یوندن خارج طوب ایلیر .

۱۱ - تیلر یعنی

طاقلر : - هر طرف یدیشر او یونجیدن مرکب

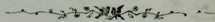
اولوب هپسی دکز قوستومی کیمه لیدر .

دکز قوستومی کی به نلر آلتنده آیرجه دکز دونی

کیمه لی درلر . وجوده یاغ وسائره کبی اعتراضاتی

موجب اوله جق مواد سورولمز .

دوام ایده جک



بو تون ادمانچیلره :

کچن نسخه مزک باش طرفنده کی مقاله ایله « ادمان

دیلی » حقدنه ایتمدیکمز رجارلرک ، ادمانچی قولاقلرنده

اومدیغمز قدر بر ایتمه دیکنی بو کونه قدر آلدیغمز مکتوبلرک آزیلغندن آکلایوریز .

بز بونی ، ادمانچیلریمزک همسز لکنسندن زیاده بو کور اولاسی محیطک حتی اولنرده آز چوق بولاشدیرمش اولدینی « عطالت ولاییدی » علنک ایجاباته حمل ایدیور و نتیجه اعتباریه ینه حسن ظنمزی محافظه ایدیوروز .

انشاه ظنمزده آلدانماییز !

.....

اطنه ولایتده

آطنه ده متشبت بعض کنجبارک بر زیماسنیک

قلوبی آچدیغنی و کنیش

باغچلی بر بنا کیر الیه رق

زیماسنیکه متعلق بر چوق

آلات و ادوات کتیر -

تذکرینی محلی غزته لر نده

کال نمونیتله اوقودق .

بو خیرلی ایشک متشبتلر -

ینی آلقیشلار و دیگر

ولایات کنجبارینک دخی

پک یقینده بو کبی فائده لی

ایشلره تشبت اتملرینی تمی ایده رز .

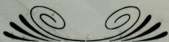
.....

تورکک کتابی

آقا کوندوز

فیشاتی بش غروش

[جی] کتابخانه سنده ساتیلور



سرين گونلرده . بوقس . خفيف گولله ، آنلامق .
 كورهك چكك . لو بود تعليملر بدر . باطبع بونلرك هيبي
 عيني گونده دكل .

درج اولدان ايلك وصوك رسلرم سميك . ولو پك
 چوراق بر زمين اوزونده اولسون .
 حصوله گنيره جكي انقلاب عظيمه باهر
 بر دللدر .

تريبه بدنيهك ، جيليز ، نجيف
 بر وجوده بخش ايده جكي نما و افتدار
 بو رسلرده پك واضح بر سورنده گوزه
 چارپار .

ژئناستيكي

احمد شوق



اسوچ اصولي تربيه بدنيه

ومكتب اوپونلري

معدري

سليم سري بك

بتون ادمانجيلره بو فائدهلي

كتابي توصيه ايدهرز .

قيثاني بش غروشدر

كشافلرك بو تعطيل

زمانلر نده بايه جقلري تطبيقات

وسياحت پروغرامي كله جك

نسخهده نشر ايديله جك .

طلبه دفتري

بو فائدهلي رسالهك

دردنجي نومروسي انتشار

ايتدي . بتون طلبه با توصيه

ايدهرز .

مدير مسئول: محمد معدري

مطبعه خيره وشركاسي

ژئناستيكيه ۱۳۲۱ سنه سنده خصوصي مكتيك برنده
 باشلام . معلم رضا و سيني بلكرك نظارتنده بر قاج آي
 حر كات بدنيه بايدقندن صوكرا خلقه ، ثابت دمير ، موازيلر .
 خفيف گولله ، مرد يون ، ابي گي آنلرله چاليشدم ؛ بو
 درس لر هفته ده ايكي دفعه و بر بيلدي .
 فاپالي بر سالون بولونماي يقندن باطبع
 قيشين بايد برلدي .



شوق بك

ايلك رسي

۱۳۲۴ ده معلملرك نصايغه قولاق
 آصايارق افراطه واردم ؛ هوسك
 شدق بي سوق ايديبوردی . بو حال
 ايكي سنه دن فضله دوام ايتدی . ۱۳۲۷
 حزرانندن اعتباراً معلم سيني بلكرك
 چيزمش اولدني پروغرام داخلمده
 چاليشمه باشلام . پروغرام : ساندوو
 لاستيكي ، خفيف گولله ، لو بود ،
 فوتبول ، آنلامه ، ايه چقمق و اون
 بش گونده بر دفعه ده آغيز ثقلت
 تعليملري باياوردم . ادمانك ابتدا

وانتهاسنده ، بعضاده اورته .

سنده حر كات تنفسيه بي امال

ايجه يوردم . و حر كاتلري اجرا

ايدركن تنفسي ده حر كاتنه

او يدوره رق انقطاعه سبب

ويرمه يوردم .

۱۳۲۴ ده بازوم ۲۹۰۵

كوكم ايه ۹۳ سانتيم گليور

ايدی . بوگون ايه ۱۰۱

۴۰۰۵ ، كوكم ايه ۱۰۱۱

بالديرم (۴۱) سانتيمدر .

بو صوك سنه ده كي پرو .

گرام قيشين: برشكل تريبوي

و تدريجي ده يابلي گولله .

لاستيك . بر قاج دفعه آني

يدي ساعتك يورويش .

لو بود ، اون بش گونده بر

وسطی ثقلل گولله .

شوق بك

صوك رسي

يازين : صيباق گونلرده خفيف تنفس و بطن حر كاتي
 وساثر حر كات بدنيه خفيفه ايله دكر بايوسي .