

2. Найефективніші методики для прояву швидкості: біг 10 м і 30 м.

У молодших класах швидкісні вправи необхідно включати в усі уроки незалежно від змісту. Це пояснюється необхідністю максимально використати *сенситивний* період для забезпечення розвитку швидкісних можливостей.

Якщо цього не зробити, то компенсувати втрачене у старшому віці буде дуже важко, та й неможливо.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вильчковский Э.С. Физическая культура детей дошкольного возраста. - К.: Здоров'я, 1979.-232с.
2. Герцик М.С, Вацеба О.М. Вступ до спеціальності в галузі виховання і спорту. - Л. Українські технології. 2003.
3. Линець М.М Основні методики розвитку рухових якостей: Навч. Посіб. Для фізкультурних вузів.-Л: Штабар. - 1997.- С. 111-142
4. Мохан Р., Глессон М., Гринхофф П. Биохимия мышечной деятельности и физической тренировки. - К.: Олимпийская литература, 2001.
5. Столітенко В.В., Воробей Г.В. Фізичне виховання молодших школярів: Навч. Посіб.- К.: ШЗМІІ, 1997.-140 с
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Підруч. Для студ. Вищих навч. Закладів, фізичного виховання і спорту. - Тернопіль. -2000

Ю.М. ОХРИМЕНКО

ДАВНІ ШПИТАЛІ ЛЬВОВА

Стаття розповідає про середньовічні шпиталі Львова

Ключові слова: шпиталь, Львів, убогі

Статья рассказывает о средневековых госпиталях Львова

Ключевые слова: госпиталь, Львов, убогие

The article tells about the medieval hospital of Lviv

Key words: Hospital, Lviv, wretched

Давні шпиталі Львова були радше притулком для убогих, ніж лікувальними закладами у сучасному розумінні. Термін походить від латинського „hospitalis”, тобто притулок для прочан. Перші госпіталі, саме у такому розумінні, виникли в Єрусалимі після його завоювання хрестоносцями у XII ст. Відтак, рицарі-госпітальєри (до речі, конкуренти тамплієрів) не були медиками, як би це міг подумати сучасний читач. Просто вони опікувалися прочанами, які поспішали до гробу Господнього. Дещо пізніше шпиталі (госпіталі) почали виникати і у Європі в якості притулків для убогих. Шпиталі не були позбавлені й медичної опіки, але головним їх завданням залишалося надання засобів для життя своїм підопічним.

При тодішньому об'ємі медичної допомоги не було сенсу створювати спеціальні заклади лікувального характеру. Лікування, у тому числі й хірургічні втручання, відбувалося у домі хворого. Принагідно зазначимо, що тодішні лікарі, як стан високошановний, не робили операцій, чи кровопускань. Ці низькі обов'язки покладалися на хірургів та цирульників – одного з найбільш упосліджених цехів. Принаймні у Львові члени цього цеху не допускалися до виборних міських посад. Але й до нього не так просто було потрапити. Нецеховим хірургам у 1612 році загрожував штраф 200 дукатів. Українці (русини) не могли бути ні аптекарями, ні хірургами. Щойно у 1713 році вони отримали це право після більш, ніж столітньої судової тяганини.

Найвідомішим із львівських шпиталів був міський шпиталь, або, як його ще називали, шпиталь Святого Духа. Найдавнішу згадку про нього знаходимо у 1377 році. Існував до 1780 року, тобто, за найскромнішими підрахунками 403 роки. Сьогодні можемо побачити його протрасовані фундаменти на площі Івана Підкови. Це був жіночий шпиталь. Він служив притулком для вдів та „самотніх старих пань”, як довідуємося з документів. Утриманки шпиталю щорічно обирали з-поміж себе двох наставниць. Їх обов'язком було пильнувати „щоб бабки поводитися пристойно, скромно, покійно. Якщо б якась сварилася, напивалася, лаялася недобрими словами, проклинала, по господах волочилася, інших підбурювала – то така має бути вигнаною зі шпиталю”.

Як бачимо, далеко не всі мешканки шпиталю потребували медичної допомоги, бо мали достатньо здоров'я, аби напиватися, волочитися, лаятися, та ще й інших до того підбурювати. Тим не менше, міська влада щорічно 22 лютого призначала провізора шпиталю, зазвичай, доктора медицини. Побував свого часу у числі провізорів і славетний бургомістр та історик Львова Бартоломей Зіморевич. Та головним обов'язком провізора було дбати про економічну основу закладу. А вона була достатньо масивною. Вже у XVI столітті шпиталь отримував доходи від сіл Скнилів та Малехів, ланів, які розташовувалися поблизу теперішніх вулиць Коперніка, Тершаківців, Личаківської. Мав також і свій млин на Полтві біля Малехова, котрий так і називали „Бабський млин”. До каси шпиталю надходили також численні пожертви, особливо у заповітах. Наприклад, міський райця Ян Шольц-Вольфович, будинок якого й досі бачимо на площі Ринок, у своєму заповіті зобов'язував спадкоємців щорічно на Різдво давати обід вбогим зі шпиталю. Він мав складатися з „жовтої юшки”, міцно заправленої морквою, петрушкою, перцем і шафраном, з вісімдесяти порцій волового м'яса, вісімдесяти порцій печені з двома півмірками ріпи, двадцяти гусей, хлібів за 20 грошів і чотирьох кадовбів пива.

Принагідно з цього тестаменту дізнаємося і про кількість утриманок шпиталю. Наприкінці XVI століття (час написання документа) їх було близько 80. Окрім того, на Чистий четвер стараннями міщан для шпиталю влаштовувалося свято убогих.

Менш відомим був так званий „руський шпиталь” при монастирі Святого Онуфрія. Найдавнішу писемну згадку про нього маємо з 1522 року. Проте можемо припустити, що його прототип виник одночасно зі заснуванням Львова. Адже фундатором монастиря Святого Онуфрія, а відтак і можливого шпиталю був король Лев. І не дивно. Бо хресне ім'я Лева Даниловича – Онуфрій. Проіснував шпиталь до 1765 року, тобто за офіційними даними 243 роки. На відміну від міського шпиталю, руський шпиталь утримував як жінок, так і чоловіків. Шпиталь, як і сам монастир Святого Онуфрія від XV століття перебував під патронатом братства Успенської церкви (пізніше Ставропігійського братства). Шпиталем опікувалося двоє із членів Ставропігійського братства. Щоби потрапити до нього, потрібно було зробити бодай якийсь внесок (вступне). Окрім того ставропігійське братство після смерті утриманця шпиталю діставало право продати його спадщину, якщо вона була. На ці кошти братство закуповувало харчі для шпиталю. Окрім того, один із мешканців притулку мав право збирати пожертви до скриньки (пушки) на потреби закладу. За це одержував чоботи або кожух. Була також і „бабська” пушка. Як влучно свого часу зазначив Іван Крип'якевич: „Принаймні на точці дідівства львівська Русь не мала жодних обмежень”.

Шпиталі були й при інших монастирях. Серед них знаємо такі, св. Мартина, сестер милосердя, св. Станіслава, св. Лазаря. У якійсь мірі шпиталем можна вважати також солдатське братство св. Михайла при монастирі Бернардинів, засноване у 1596 році.

Чи не найпомітніший матеріальний слід залишив після себе шпиталь при монастирі Святого Лазаря по теперішній вулиці Коперніка. На мурах монастиря збереглася таблиця латинською мовою, котра сповіщає, що „На честь святої Діви Богородиці – о заступнику усіх засмучених і бідних і єдиній розрадниці Марії. Благочестиве братство святої вервиці побожно спорудимо цю споруду для прихистку бідних, немічних і тих, хто в найбільшій скруті, і на пожертви вірних року спасіння нашого 1621 року”. (переклад Андрія Содомори). Принагідно мусимо зауважити, що шпиталь св. Лазаря відомий з давніших часів на Калічій

горі, а на сучасне місце був перенесений у 1619 році. Стіни монастиря також прикрашають два горельєфи з ілюстраціями та відповідними цитатами із біблійної притчі про Лазаря. З них можемо дізнатися, що той, хто не допомагає вбогим при житті, ризикує отримати великі неприємності на тамтому світі. Відомо, що у 1621 році шпиталь і монастир Святого Лазаря заопікувався солдатами королевича Володислава після його невдалого походу на Москву. Заопікувався у міру своїх сил, а можливо, і понад силу. За тогочасними даними, у його стінах померло біля 2000 чоловік. Не виключено, що ця цифра перебільшена. Проте можемо свідчити і сам, що на його подвір'ї і донині неможливо викопати анінайменшої ями, не натрапивши на людські кістки.

Розповідаючи про шпиталі, варто згадати й про Софію Гонель (Ганель). Після смерті свого багатого чоловіка, купця, а за деякими даними, лихваря, вона весь свій спадок витратила на добродійність.

У 1595 році на власному ґрунті заклала костелик Святої Софії. При ньому заснувала притулок для убогих. У цьому притулку й померла, залишивши після себе лише дещо з кухонного начиння. Костьол Святої Софії, щоправда вже у бараківих шатах, бачимо і тепер, у верхній частині вулиці Франка. Відтоді й сама дільниця (до XV ст. - Свинорія), почала називатися Софіївкою.

У Кафедральному костьолі Львова збереглася епітафія чоловікові Софії Гонель: „Славетному Станіславові Гонелю, громадянинові львівському, померлому дня 17 листопада року Божого 1570, цей пам'ятник поставила достойна жона Софія. Сьогодні мені, завтра – тобі” (переклад Андрія Содомори).

Не всі сторінки історії Львова читаємо з однаковою приємністю. Але той факт, що милосердя було притаманне його мешканцям, знаходимо у міських хроніках постійно.

ЛІТЕРАТУРА

1. Зубрицький Денис. Хроніка міста Львова // Львів, 2006 С.17,64,232,237,405.
2. Крип'якевич Іван. Історичні проходи по Львові // Львів, 1994 С. 116
3. Крип'якевич Іван. Львівська Русь в першій половині XVI ст.: дослідження і матеріали // Львів, 1994, С. 139, 205
4. Радковець П. Радковець І. Там львівський дух Святий витає. У книзі „Львів, Львів'яни, львівський детектив, намалювати дракона” // Львів 2009 С. 94

Ю.М.ПАНИШКО, О.В.ТРОЦЕНКО, В.І.КОВЦУН,
Р.С.КОЗІЙ, В.В.ТАРАСОВ

КОМПЛЕКСНА ХАРАКТЕРИСТИКА МАТОЧНОГО МОЛОЧКА (Огляд літератури)

Стаття присвячена характеристиці маточного молочка

Ключові слова: склад маточного молочка, лікувальні властивості.

Статья посвящена характеристике маточного молочка

Ключевые слова: состав маточного молочка, лечебные свойства.

The article gives a characteristic of royal jelly

Key words: composition of royal jelly, medicinal properties.

Медоносні бджоли – комахи з дуже вираженим поліморфізмом. Бджолина сім'я складається з особин жіночої статі – матки та робочих бджіл та чоловічої статі – трутнів. Всі ці особини суттєво різняться за своїми морфолого-анатомічними характеристиками. Трутні розвиваються із незапліднених яєць, а матка та робочі бджоли – із запліднених. Із останніх в залежності від складу корму та величини воскової комірки стільників розвиваються робочі