

SPIS TREŚCI

	str.
PRZEDMOWA DO II WYDANIA	7
WSTĘP	9
Rozdział I. — CZŁOWIEK I PRACA	
Uwagi ogólne	11
Budowa ciała ludzkiego i czynności jego organów	11
a. Kośćciec czyli szkielet	12
b. Mięśnie	15
c. Narządy wewnętrzne i ich czynności	16
d. Skóra	24
Wpływ pracy fizycznej na organizm ludzki	26
Pożywienie i odzież przy pracy fizycznej	30
a. Pożywienie	30
b. Odzież robocza	38
Zasady prawidłowej pracy fizycznej	40
a. Uwagi ogólne	40
b. Prawdła pracy	40
Rozdział II. — PODNOSZENIE I PRZENOSZENIE CIĘŻARÓW	
Uwagi ogólne	47
Podnoszenie i przenoszenie ciężarów przez jednego robotnika	49
a. Drewniane podkłady, wiązki, krótkie bale i deski	49
b. Lekkie i długie kawałki drewna tego i okrągłego, żerdzie i drągi	51
c. Worki	53
Podnoszenie i przenoszenie ciężarów przez wielu robotników	54
a. Ciężkie kantówki i kłocze, dyle, lekkie szyny	55

	Str.
b. Przęśla kolejki	57
c. Ciężary nieporęczne	59
Rozdział III. — POSŁUGIWANIE SIĘ NARZĘDZIAMI DRO- GOWYMI ORAZ ICH KONSERWACJA	
Łopaty	63
Łopata (szpadel)	64
a. Opis szpadla	64
b. Praca szpadlem	65
c. Osadzanie szpadla na stylu	69
Łopata (szufla)	74
a. Opis szuflki	74
b. Praca łopatą	74
c. Osadzanie łopaty na stylu	77
Specjalne typy łopat	79
a. Łopata na trójnogu	79
b. Łopata do czyszczenia przepustów	80
Oskard	81
a. Opis oskarda	81
b. Praca oskardem	83
c. Osadzanie oskarda na trzonku	84
Drąg stalowy (łom)	85
a. Opis drąga	85
b. Praca drągiem stalowym	86
Ubijaki (zwykłe i mechaniczne)	87
a. Ubijak zwykły (taranek)	88
b. Ubijak mechaniczny	90
Rozdział IV. — CIĘCIE DARNINY	
Uwagi ogólne	94
Posługiwanie się narzędziami do usuwania darniny	95
a. cięcie darniny za pomocą przyrządu	95
b. Cięcie darniny za pomocą szpadla	97
c. Zdejmowanie darniny za pomocą przy- rządu	98
d. Zdejmowanie darniny za pomocą ło- paty lub szpadla	99
Rozdział V. — PRZEWÓZ ZIEMI TACZKAMI	
Uwagi ogólne	100
Tory dla taczek	100
a. Dyle torów taczkowych	100

	Str.
b. Układanie toru z dyli	102
c. Tory z taśmy stalowej	104
d. Utrzymywanie toru taczkowego	104
e. Rozbieranie toru taczkowego	105
Taczki	106
a. Taczki drewniane	107
b. Taczki stalowe	109
c. Utrzymywanie taczek	109
Przewóz ziemi taczkami	110
a. Ładowanie taczek	110
b. Podnoszenie taczek	111
c. Pchanie taczek	112
d. Opróżnianie taczek	112
e. Ruch taczek	114
Rozdział VI. — PRZEWÓZ ZIEMI KOLEJKĄ POLOWĄ	
Uwagi ogólne	117
Tor	118
a. Przesła gotowe	118
b. Szyny na podkładach drewnianych	121
c. Rozjazdy	126
d. Obrotnice	129
Tabor	130
a. Wagoniki	130
b. Lokomotywy	133
Budowa kolejki polowej	134
a. Budowa toru z gotowych przesł	134
b. Budowa toru z szyn na podkładach drewnianych	143
c. Budowa toru na gruncie słabym	150
Ruch kolejki	151
a. Napęd ręczny	151
b. Napęd konny	159
c. Napęd mechaniczny	161
d. Przejeżdżanie przez łuki, rozjazdy, obrotnice	163
e. Ustawianie wykolejonego taboru na torze	163
f. Tory naładunkowe	165
g. Tory wyładunkowe	166
Konserwacja kolejki w czasie robót	168
a. Tor	168

	Str.
b. Tabor	169
Rozbieranie kolejki	170
a. Rozbieranie toru z przęseł gotowych.	170
b. Rozbieranie toru z szyn na podkładach drewnianych	171
c. Przechowywanie taboru	173
Rozdział VII. — WYTWARZANIE TŁUCZNIA	
Uwagi ogólne	174
Płytowanie kamienia	174
Tłuczenie kamienia	175
Formowanie przyzm	178
Rozdział VIII. — PRZESIEWANIE MATERIAŁÓW KAMIEN- NYCH (KRUSZYWA)	
Uwagi ogólne	179
Przesiewanie przez jedną rafe	180
Przesiewanie przez dwie rafa	182
Rozdział IX. — MASZYNY I MECHANIZMY POMOCNICZE	
Uwagi ogólne	180
Przesiewanie przez jedną rafe	181
Przesiewanie przez dwie rafa	183
Pompy	184
a. Czerpanie wody	185
b. Pompowanie	185
c. Opis różnych rodzajów pomp	186
d. Używanie pomp	191
Dźwignie	194
a. Zasada działania	194
b. Zastosowanie dźwigni	196
Dźwigniki	198
a. Zasada działania	198
b. Rodzaje dźwigników	201
c. Utrzymanie dźwigników (konserwacja)	208
Wciągniki	209
a. Zasada działania	209
b. Rodzaje wciągników	211
c. Utrzymywanie wciągników (konser- wacja)	213
BIBLIOGRAFIA	215