Vom Schiefwuchs und den Rückgratsverkrümmungen [Schluss]

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Berner Schulfreund**

Band (Jahr): **4 (1864)**

Heft 21

PDF erstellt am: **30.04.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-675838

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

auf keine andere Weise Eingang verschafft werden, als daß ihre Führer vor Allem aus den Werth desselben erkennen und selbst Hand anlegen lernen. Auch die Seminaristen machten ihre Sache recht brav, namentlich die kleine Schaar Auserwählter, die sich nachher an den verschiedenen Geräthen im Wettturnen versuchte und zum Theil Preise davontrug. Herr Pfarrer Ammann sprach am Schluß einige kräftige, die Bedeutung des wahren Turnens hervorhebende Worte.

So endigte der Wiederholungs- und Fortbildungskurs dieses Jahres mit einem recht freundlichen, kleinen Feste; gewiß haben die Theilnehmer, die als Familienväter meistens nicht unbedeutende Opfer an Zeit und Geld dafür aufgewendet, wenn auch vielleicht weniger an positiven Kenntnissen, doch an Einsichten und Methodenkenntniß gewonnen und vor Allem aus Anregungen nach allen Seiten hin erhalten. Möge dieß Alles so recht zur wahren Förderung der Volksschule beitragen und geben, daß die Theilnehmer des Kurses je länger je mehr als wahre Hirten in derselben wirken! —

Vom Schiefwuchs und den Rückgratsverkrümmungen.

(Schluß.)

Bei den am häufigsten vorkommenden, seitlichen Rückgratsverkrümmungen (Skoliosen) lassen sich im Ganzen 5 verschiedene Stadien der Krankheit unterscheiden, nämlich: das erste Stadium, der Vorläufer, das zweite, des Beginnes, das dritte, der Entwicklung, das vierte, der Verkrümmung und das fünfte, der vollendeten Deformität. In den zwei ersten Stadien liegt es noch in dem freien Willen des Kranken, das Rückgrat in jedem beliebigen Moment in seine normale Haltung zurückzubringen, im dritten Stadium kann dieß nur noch durch den Arzt entweder gewaltsam mit der Hand oder durch angebrachte orthopädische Maschinen geschehen, im vierten Stadium nur noch theilweise und im fünften gar nicht mehr. Hieraus leuchtet die Wichtigkeit für Eltern und Erzieher von selbst ein, dem sich entwickelnden Uebel, das anfangs allerdings nur ganz unbedeutend, ja unmerklich zu sein scheint, je eher je lieber zu begegnen und die erforderlichen Gegenmaßregeln mit Hülfe des Arztes zu treffen.

Noch besser und vernünftiger ist es jedoch, durch diätetische und pädagogische Maßregeln zu verhüten, daß überhaupt eine solche Krankheit auch nur entstehen könne und dagegen müssen wir nun folgende Hauptmittel rechnen:

a) Eine gesunde Nahrung, die den individuellen Umständen, besonders dem jeweiligen Kindesalter in aller und jeder Hinsicht möglichst entsprechend ist. Also namentlich auch strenge Regelmäßigkeit der einzelnen Eßzeiten, weil ein vollkommenes Gedeihen der Nahrung nur dann möglich ist, wenn zwischen den einzelnen Verdauungsakten regelmäßige Ruhepausen sind, dann nicht Ueberfütterung, keine Leckereien, Torten, Konditorsachen, Backwerk ꝛc.; auch nicht zu viele Mehlspeisen, welche die Säfte verderben, an Getränken meist Wasser und Milch, höchstens leichtes Bier und leichter Wein, aber ja nichts Gebranntes; denn das ist Gift für die Jugend.

b) Genuß der frischen Luft und des Sonnenlichts, namentlich auch in Wohn-, Lehr- und Schlafzimmern, die deßhalb viel zu lüften sind, dann soll jeden Tag bei jeder Witterung und Jahreszeit einige Zeit im Freien zugebracht werden, was mit großer Beharrlichkeit auszuführen ist.

c) Hautpflege durch Waschen und Baden, wodurch nicht bloß der Körper rein gehalten und dadurch die Gesundheit befördert, sondern derselbe auch gegen die äußern krankmachenden Einflüsse überhaupt fester und widerstandsfähiger gemacht wird.

d) Zweckmäßige Bekleidung, welche stets von solcher Beschaffenheit sein soll, daß der Körper zwar vor nachtheiligen Einflüssen geschützt, dadurch aber in keiner Weise beengt, verwöhnt, verzärtelt oder sonst beeinträchtigt werde.

e) Maßvolle Ruhe und Bewegung, nach den verschiedenen Altersstufen. 8 bis 9 Stunden Schlaf täglich genügen vollständig, ein Mehreres macht faul und abgespannt; nach dem Erwachen soll sogleich das Bett verlassen werden. Behufs zweckmäßiger Bewegung soll neben dem Spielen im Freien und häuslichen Geschäften, an die man jedes Kind gewöhnen soll und wozu jeder Haushalt hinreichend Gelegenheit bietet, vom 6. bis 7. Jahr an ein alle Muskelkräfte des Körpers gleichmäßig in Anspruch nehmendes Turnen, das nicht in Kunststücken bestehen soll, hinzukommen,

wozu bei Knaben im Sommer noch das Schwimmen beigefügt werden kann.

f) Maßvolle körperliche und geistige Anstrengung. Jede allzu anhaltende körperliche Arbeit, namentlich aber die Fabrikarbeit ruinirt die Jugend bei noch nicht erstarkter Konstitution. Aber auch mit dem Lernen sollte Maß gehalten, dasselbe nicht vor dem 6. Jahr begonnen, dann nur sehr behutsam in 3 bis 4 Stunden täglich mit gehörigen Zwischenpausen betrieben und auch bei der vorgerückteren Jugend nie über 5 bis 6 Stunden im Tag ausgedehnt werden.

g) Taktvolle Ueberwachung aller in die Geschlechtssphäre schlagenden Beziehungen durch sorgfältige Auswahl der Jugendlektüre und Fernhalten aller schlechten Bücher, schlüpferigen Romane, obscönen Bilder ꝛc., durch Fernhalten vom Theater, außer es werden notorisch edle, für kindliche Gemüther unverfängliche Stücke aufgeführt, durch Fernhalten von Kinderbällen, dieser modernen Narrheit, wo Kinder nicht früh genug mit ihnen bisher fremden Regungen und Neigungen, wenn auch vorläufig dunkel und unbewußt, bekannt gemacht werden, durch sorgfältige Pflege des Schamhaftigkeitsgefühles beim Spielen, beim Baden und überall. Die Onanie oder Selbstbefleckung, diese verheerende Pestseuche der Jugend unseres Jahrhunderts, welche am Mark der Völker zehrt, bringt nicht nur dadurch, daß sie den ganzen Körper nach all' seinen Richtungen schwächt, eine große Disposition zu Rückgratsverkrümmungen mit sich, wie ja gar viele Autoren aus Körperschwäche allein, die natürlich auch die Muskelschwäche in sich schließt, die Skoliosen entstehen wissen wollen, sondern sie ruinirt noch weit mehr in anderer Beziehung. Der Onanist schadet nämlich auch seinem Geiste, die psychischen Funktionen werden gestört und geschwächt, und oft endet ein solcher Mensch mit frühem Tod, oder — was noch schlimmer ist — mit Blödsinn oder Wahnsinn.

h) Zweckmäßige Schuleinrichtungen in Betreff der Körperpflege und Haltung in den Schulen. Hieher rechnen wir namentlich folgende Punkte, welche überall in den Schulen möglichst berücksichtigt werden sollten:

1) Die Bank muß ganz eben sein und gerade eine solche Höhe

haben, daß die Füße auf dem Boden oder auf einem Fußschemel oder Querleiste bequem aufgestellt werden können, wobei die Oberschenkel wagrecht zu stehen kommen müssen.

2) Die Schenkel dürfen dabei nicht übereinandergeschlagen werden, sondern müssen in ihrer natürlichen Lage nebeneinander bleiben.

3) Beim Schreiben und Zeichnen eignen sich die Pulte mit aufrecht steigender Fläche nicht für Kinder, und die Tafel oder das Heft muß eine solche Höhe haben, daß dieselbe gerade die Herzgrube des in aufrechter Stellung sitzenden Schülers erreicht.

4) Beim Schreiben, Zeichnen und dergleichen Beschäftigungen muß die Haltung der Arme eine solche sein, daß beide Ellenbogen gleichmäßig aufliegen.

5) Rücken und Kopf sollen während des Sitzens gerade gehalten werden, wozu es an nachdrücklichen Erinnerungen seitens der Eltern und Lehrer nie fehlen darf.

6) Die Dauer des Sitzens überhaupt darf nicht zu lange ausgedehnt werden, bei jüngern Kinder nicht über eine Stunde, ohne daß nicht irgend welche Ortsveränderung eintritt.

7) Die Beleuchtung des Schulzimmers muß von solcher Beschaffenheit sein, daß das Licht nicht schief, sondern von vorne und mehr von der linken Seite her auf die Tafel, das Heft oder das Buch fällt, damit der Schüler nicht genöthigt werde, in verdrehter Stellung sich nach der Lichtseite hinzurichten.

8) Der Unterricht, namentlich zum Schreiben, Zeichnen, Lesen und Rechnen werde nicht Nachts, sondern am Tage gegeben und auch mit den Schulaufgaben überall ein vernünftiges Maß eingehalten. Gegen alle Vernunft ist es geradezu, wenn die armen Fabrikkinder, die durch die anhaltenden körperlichen Arbeiten den Tag hindurch abgemüdet worden sind, dann noch Nachts 2 Stunden in der Schule aushalten sollen.

9) Die Bestuhlung muß zweckmäßig, etwa wie folgt, eingerichtet sein: Die Schultische sollen bestehen aus drei durch Unterlagen von Eichenholz fest mit einander verbundenen Hauptheilen: 1) aus der eigentlichen Bank zum Sitzen, 2) aus der Tischplatte zum Schreiben und Aufschlagen der für den jedesmaligen Unterrichtszweck nöthigen Hefte und Bücher, 3) aus der Untersetzplatte zur Unter-

bringung jener Bücher, Hefte und anderer Schulgeräthe, welche für den Augenblick nicht zu dem Unterricht gehören. Der Tisch erhält eine Breite von 15 Zoll, davon bleiben 3 Zoll wagrecht, in welche gläserne Tintenfässer mit beweglichen Schieber der Tischlänge nach einzusenken sind, die übrige Fläche senkt sich bis auf 1 Zoll und hat wegen dieser mäßigen Neigung auch keine Leiste zum Halten der Bücher und Hefte nöthig. Das Untersatzbrett ist 9 Zoll breit, etwa 6 bis 8 Zoll unter dem Tintenbrett. Die Höhe des Tisches bis auf das Tintenbrett ist 28 bis 34 Zoll, je nach dem Alter der Schüler. Die Entfernung der etwa 9 bis 10 Zoll breiten Bank von der innern Kante der Tischplatte sei 2 bis 2½ Zoll und ihre Höhe 18 bis 22 Zoll. Jeder mit seiner Bank verbundene Tisch soll beweglich sein. Für jedes Kind ist am Tische eine Länge von 1½ Fuß in Berechnung zu bringen, an Raum überhaupt im Schulzimmer 6 bis 8 Quadratschuh. Die Tische müssen so gestellt sein, daß die Schüler wo möglich das Licht von der linken Seite erhalten.

Am Schlusse dieser Auseinandersetzungen angelangt, geben wir endlich noch allen Eltern, Lehrern und Erziehern, denen das Wohl der künftigen Generationen nahe liegt oder nahe liegen muß, zu beherzigen, daß sie die doppelte Pflicht auf sich haben, auf die Stimme der Belehrung und Unterweisung zu hören, namentlich in Dingen, wo es sich um das körperliche Wohl Vieler, ja ganzer Völker und der Menschheit handelt. An das körperliche Wohl ist aber das geistige enge geknüpft, deßhalb ist es Pflicht aller, bei den Kindern nach naturgemäßen und kunstgerechten Gesetzen für einen geraden und gesunden Körper zu sorgen, damit sich in demselben auch eine gesunde Seele ausbilden könne.

Provisorium.

Es ist erfreulich wahrzunehmen, daß die noch vor wenigen Jahren bedeutende Zahl unpatentirter und daher nur provisorisch angestellter Lehrer, wie man sie in einzelnen Gegenden des Mittellandes, namentlich im Oberland und Emmenthal häufig antraf, immer mehr in Abnahme begriffen ist und daß an deren Stelle tüchtige, patentirte Lehrkräfte treten. Es war das Provisorium bis dahin ein Ue-