

**Zeitschrift:** Berner Schulfreund

**Herausgeber:** B. Bach

**Band:** 4 (1864)

**Heft:** 4

**Artikel:** Ueber die Körperhaltung der Schulkinder und die Konstruktion der Schulbank

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-675437>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

nach den Angelsachsen England heimsuchten und in mehreren Kolonien sich niederließen, hatten zwar nur kurze Zeit die höchste Gewalt in Händen, haben aber dennoch der englischen Volksmasse ein auffrischendes, belebendes Element zugeführt.

Endlich wurden in Folge der für Englands innerstes Wesen so bedeutungsvollen Schlacht bei Hastings im Jahr 1066 die Normannen von der Normandie aus die Herren von England. Diese waren aber in ihrer neuen Heimath bereits zum größern Theil dem Einfluß der römischen Sprache erlegen und romanisirt worden. Weßhalb denn auch das romanische Element wenigstens theilweise von nun an in der Sprache der Engländer sich Geltung verschafft hat, während gleichwohl eine Menge Wörter, namentlich mehr konkreter Natur und aus den niedrigeren Sphären des Alltagslebens, ihre ursprüngliche Verwandtschaft mit dem Germanischen beweisen. Aus der Mischung dieser verschiedenartigen Volkselement mit verschiedenen Rechten und Gesetzen, verschiedenen Sitten und Gewohnheiten, verschiedener Sprache und Poesie entwickelte sich in Folge der Zeiten ein lebenskräftiges, einheitliches Ganzes, das als das Volk der Engländer bereits auf dem ganzen Erdenrunde seine Kraft geltend macht.

(Schluß folgt.)

### Über die Körperhaltung der Schulkinder und die Konstruktion der Schulbank. \*)

Wenn die Leibesübungen als allgemeines Bildungsmittel Anerkennung und Eingang in den Schulen verdienten, so ist es Pflicht der Lehrer, nicht nur auf dem Turnplatz, sondern auch im Schulzimmer den Zweck dieses Unterrichtsfaches zu fördern. Bis jetzt ist ein wesentlicher Theil dessen, was man mit der Körperbildung anstrebt, nämlich eine schöne und gesunde Körperhaltung, leider in der Schule gerade nicht gewonnen worden, und zwar ebensowenig da, wo das Turnen obligatorisch eingeführt ist und mit Eifer betrieben wird, als dort, wo zwar nicht geturnt, aber doch fleißig kommandiert wird: „Sicht gerade Kopf auf!“

\*) Wir entnehmen diesen gediegenen Artikel der Schweizerischen Lehrerzeitung und hoffen, durch Mittheilung desselben vielen Lesern des „Schulfreund“ einen Dienst zu erweisen.

Die Redaktion.

Wenn es also trotz Kunst, Ermahnung und Mühe den Schullehrern, denen man gewöhnlich die Schuld der mißlichen Schreibstellung der Kinder in die Schuhe schiebt, nicht gelingt, den Katzenbuckel und seine Anhängsel aus der Schule zu verbannen, so muß man endlich doch daran denken, die wahre Ursache des Uebels aufzusuchen. Und da ist die Schulbank der nächste Gegenstand, auf welchen unser Verdacht fallen muß, wenn wir nicht auf die Gefahr hin, den Kindern Unrecht zu thun, diese anklagen wollen. Es ist daher unsere Aufgabe, zu zeigen, welchen Einfluß der Schultisch auf den Körper des Schülers ausübt, und welches die zweckmäßige Konstruktion desselben ist.

Herr Dr. Fahrner in Zürich hat, gestützt auf vielseitige Beobachtungen und Versuche in und außer der Schule, in einem in den Wiener Jahrbüchern für Kinderheilkunde erschienenen Aufsatz dargethan, wie dem anatomischen Bau des menschlichen Körpers und den für ihn in Anwendung kommenden physikalischen Gesetzen gemäß, eine verfehlte Konstruktion der Schulbänke die schlechte Körperhaltung der Schüler bedinge und zur Gewohnheit mache.

In anerkennenswerther Weise schenkt er in seiner Stellung als Arzt und Schulpfleger der Sache besondere Aufmerksamkeit, und es ist ihm sehr daran gelegen, Aerzte und Pädagogen dafür zu interessiren, da er der Ansicht ist, daß Kurzsichtigkeit und Schiefwuchs ihre hauptsächliche Pflanzstätte in der Schule finden.

In einer Konferenz mit den Lehrern der städtischen Schulen in Zürich gelang es ihm denn auch, durch einen gediegenen Vortrag über den fraglichen Gegenstand und durch Experimente mit einem Stellpult und einem Drehstuhl die Lehrerschaft so vollkommen zu überzeugen von der Unzweckmäßigkeit der Mehrzahl vorhandener und der Zweckmäßigkeit der nach seinem Plan abgeänderten Schulbänke, mit denen bereits in einzelnen Klassen mit mehr und weniger Erfolg Proben gemacht worden waren, daß sofort beschlossen wurde, in einer Eingabe an die Schulpflege die Mängel und Nachtheile der gegenwärtigen Bestuhlung hervorzuheben und um Fortsetzung der Versuche mit Schulbänken des neuen Systems nachzusuchen.

Die Vorzüge dieser Bänke bestehen darin, daß sie in ihren einzelnen Theilen proportional nach der Größe der Kinder gebaut sind, und demnach eine natürliche Haltung ermöglichen und befördern. Die nächste

Konsequenz dieses Konstruktionsprinzipes ist daher die, daß den Schülern einer und derselben Klasse, wenn auch nicht einzeln, so doch nach ihrer Größe in zwei Gruppen Rechnung getragen werden muß. Wie richtig diese Anschauung gegenüber dem Usus ist, die Bestuhlung bloß nach Altersklassen einzurichten, beweisen die Messungen, welche Herr Dr. Fahrner mit sämtlichen Knaben in den öffentlichen Primarschulen der Stadt Zürich vorgenommen hat. Aus denselben ergab es sich nämlich, daß die Knaben gleichen Jahrganges ohne die Ausnahmen in ihrer Größe um 5" — 8" differiren, während das jährliche Wachsthum bloß 1" 7"" beträgt. Es ist also augenscheinlich, daß eine Schulbank wohl zwei Jahre lang für einen Schüler ausreichen, aber nicht für alle Schüler derselben Klasse zugleich passen kann.

Was die wichtigsten Dimensionen an der Schulbank betrifft, so erhalten wir darüber von Herrn Dr. Fahrner folgende Angaben: Die Höhe des Sitzes, oder der vertikale Abstand zwischen diesem und der Fußleiste, muß der Länge des Unterschenkels entsprechen, also  $\frac{2}{7}$  der Körperlänge betragen, und die Höhendifferenz zwischen Sitz und Tischrand muß gleich sein derjenigen Entfernung des Ellenbogens vom Sitzbrett, die sich ergiebt, wenn man, den Oberarm am Leibe haltend, den Vorderarm in einen rechten Winkel biegt. Nach der durchschnittlichen Größe der Kinder von 6 — 16 Jahren stellt sich diese Distanz bei Knaben auf circa  $\frac{1}{8}$  und bei Mädchen auf circa  $\frac{1}{7}$  der Körperlänge heraus, so daß der Abstand zwischen Bank und Tisch von Klasse zu Klasse höchstens um  $2\frac{1}{2}''$  größer werden müßte, was also auf die einzelnen, für je zwei Klassen bestimmten Bestuhlungen, in dieser Dimension einen Unterschied von  $\frac{1}{2}''$  bringt. So geringfügig diese Differenz scheinen mag, so ist es keineswegs gleichgültig, ob man bei Erstellung eines Schultisches Rücksicht darauf nehme oder nicht. Denn tägliches stundenlanges Schreiben an einem Tische, der nur  $\frac{1}{2}''$  zu hoch ist, verursacht schon bedeutende Ermüdung, und führt leicht zu einer hohen Schulter. Nicht minder mühsam und nachtheilig ist es, wenn die Schultische im Verhältniß zur Größe der Kinder und der Höhe ihrer Sitzes auch wieder nur um  $\frac{1}{2}''$  zu niedrig sind; in diesem Fall muß der Rücken gebogen, und wegen größerer Anstrengung auch die Brust angelehnt werden, was beides von schlimmen Folgen begleitet sein kann. Ebenso ist ein Schultisch, wenigstens für die Schreib-

stellung, um so unbequemer und unzweckmäßiger, je größer der horizontale Abstand zwischen Bank und Tisch ist, weil man sich beim Schreiben um so mehr nach vorne neigen muß, je weiter der Sitz rückwärts geschoben ist. Absolut nothwendig ist ein solcher Abstand übrigens nicht.  $1\frac{1}{2}$ "— $1\frac{1}{2}$ " genügen dafür jedenfalls.

Welches die zweckmäßige Neigung der Tischplatte sei, läßt Herr Dr. Fahrner noch unentschieden. Je nachdem man Auge oder Arm mehr berücksichtigen will, muß sie größer oder geringer sein, in keinem Fall aber unter 15 Graden.

Als sehr nothwendigen Bestandtheil der Schulbank bezeichnet er auch die Rückenlehne, die entweder senkrecht bis zur Einbiegung des Kreuzes, d. i.  $1\frac{1}{2}$ " unter der Höhe des Tischrandes, oder dann mit einer Steigung von circa 3" nach hinten bis zu den Schulterblättern reichen soll. Bei der letzten Art von Lehnen darf aber eine Querleiste in der Höhe des Kreuzes nicht fehlen. Wie sehr die Schulkinder eine Rückenlehne an ihrer Schulbank erwängeln, kann jeder Lehrer erfahren, wenn er drei Stunden lang auf Schuhmachers Rapp reitet. Einerseits begünstigt die Lehne eine schöne und vortheilhafte Schreibstellung, und anderseits bietet sie dem im Wachsthum und in der Entwicklung begriffenen Körper die nothwendigen Stützpunkte zum zeitweiligen Ausruhen, das, unbeschadet des Unterrichtes, gestattet werden kann, und, wenn versäumt, bisweilen geboten werden sollte, um dem sonst unvermeidlichen Zusammensinken des Oberkörpers zuvorzukommen. Ohne Lehne wird auch eine im Uebrigen gut konstruirte Bank diesel nicht ganz verhindern, wie viel weniger eine solche, wo das Kind wenigstens beim Schreiben nicht anders als krumm sitzen kann, weil Tisch und Bank entweder in horizontaler oder vertikaler Richtung, oder in beiden Richtungen zugleich so weit abstehen, daß es nur mit gehobenen Schultern oder gebogenem Rücken mit dem Schreibgeräth zu hantiren im Stande ist. Und wenn der noch schwache Rückgrat 6—10 Jahre hindurch fast täglich einige Stunden in gekrümmter Stellung verharren muß, so ist es gewiß nicht zu wundern, daß viele Kinder sich in der Schule eine schlechte Körperhaltung angewöhnen, und das eine oder andere so unglücklich ist, dadurch krumm, hochschultrig, kurzsichtig oder lungenkrank zu werden. Es ist wahrhaft eine Versündigung an der kindlichen Natur, Schüler in solche Folterbänke zu setzen, wie sie leider

noch hie und da angetroffen werden. Ob des Geistes Pflege darf der Leib keinen Schaden nehmen.

Wem es daher um das körperliche Wohl unserer lieben Jugend zu thun ist, — und welchem Lehrer wäre dieß nicht angelegen? — der mache sich die freundlichen Mittheilungen eines erfahrenen Arztes über die Schulbank zu Nutze. Sicher ist diese für die Jugend weit-aus der wichtigste Turnapparat, und verdient mehr Beachtung, als ihr bisher geschenkt wurde. Wenigstens sollte von Seite der Lehrer Alles gethan werden, um zweckmäßig eingerichtete Schulbänke und damit für die Schüler ein wesentliches Mittel zur Erhaltung und Bildung eines schönen und gesunden Körpers zu erlangen, sowie auch um den Vorwurf, daß die Kinder sich in der Schule krumm und Lahm sitzen müssen, in Zukunft mit Recht zurückweisen zu können.

## Bernische Infanterierekruten-Prüfungen pro 1863.

(Fortsetzung.)

### IV. Die Leistungen der Amtsbezirke.

Amtsbezirk.	Zahl der Rekruten.	Gesamtzahl der Punkte.	Durchschnittsleistung p. Mann.	Im Jahr 1862.
1. Biel	37	321	8,67	7,65
2. Neuenstadt	9	72	8,00	7,93
3. Büren	51	397	7,76	8,12
4. Münster	42	326	7,76	7,15
5. Fraubrunnen	55	418	7,60	7,20
6. Laufen	24	181	7,54	6,33
7. Nidau	55	411	7,47	7,33
8. Courtelary	91	671	7,37	7,87
9. Aarberg	88	648	7,36	7,38
10. Erlach	30	214	7,13	7,39
11. Laupen	46	326	7,09	6,82
12. Wangen	94	661	7,03	7,10
13. Freibergen	51	352	6,90	6,89
14. Bern	179	1230	6,87	7,54
15. Oberämmensthal	40	270	6,75	7,96
16. Saanen	21	141	6,71	5,75
17. Burgdorf	88	586	6,66	6,93