

**Zeitschrift:** Berner Schulblatt  
**Herausgeber:** Bernischer Lehrerverein  
**Band:** 48 (1915)  
**Heft:** 32

## Heft

### 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:** 15.02.2026

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

# Berner Schulblatt

Organ der fortschrittlich gesinnten bernischen Lehrerschaft

Erscheint jeden Samstag einen Bogen stark

**Monatsbeilage: „Schulpraxis“**

Redaktor für das Hauptblatt:  
Oberlehrer **Samuel Jost**  
in Matten bei Interlaken.

Chefredaktor für die „Schulpraxis“: Schulvorsteher **G. Rothen**,  
Oberer Beaumontweg 2, Bern.  
**Mitredaktor:** Schulinspektor **E. Kasser**, Bubenbergstr. 5, Bern

**Abonnementspreis** für die Schweiz: Jährlich Fr. 6.—; halbjährlich Fr. 3.—; dazu das Nachnahme-Porto; durch die Post bestellt Fr. 6.20 und Fr. 3.20. **Einrückungsgebühr:** Die durchgehende Petitzeile oder deren Raum 30 Rp. (30 Pfg.). Bei Wiederholungen grosser Rabatt. **Sekretariat, Kassieramt und Inseratenwesen:** *P. A. Schmid*, Sek.-Lehrer in Bern.

**Inhalt:** Im Wald. — Vom Tiefatmen im Schulturnen. — Warum? — Die Berufskrankheiten der Lehrer. — Aus amtlichen Erlassen. — Überfluss an Sekundarlehrern. — † Ernst Abrecht. — Aarberg. — Allgemeine Volksschule. — Deutschland. — Literarisches.

## Im Wald.

Du stiller Freund, du bist mir gut, vielgrüner, schattiger Wald.  
Ich bin dein liebvertrauter Gast; die Liebe wird nicht alt.  
In deinem Haus kein Lärm, kein Streit; fern liegt die geschäftige Welt.  
Du schliessest Aug' und Herzen auf; du bist ja reich bestellt.  
O, Waldeszauber, Waldesduft, du himmlisch süsse Ruh',  
Die müde Seele nimmst du auf; sie fliegt dir jauchzend zu.

Hörst du des Vögleins hellen Sang, der Quelle Lied allweil?  
Ach, jede Kreatur geniesst das Glück, das ihr zuteil.  
Der immergrüne Efeu rankt am Stamme hoch empor.  
Steigt auf, Gedanken, steiget auf zum blauen Himmelstor!  
Und blinkt am Abend durch das Grün der Sonne rotes Gold,  
Ich trag' ein einzig Glück nach Haus, den Waldesfrieden hold.

Jetzt, wo in heisser Völkerschlacht in Strömen fliest das Blut,  
In Graus und Schande tritt' man dich, des Friedens heil'ges Gut.  
O, Waldesschutzgeist, fülle doch die Seelen mit deiner Kraft!  
Lasst ab von allem Rüstungswahn, von Hass und Leidenschaft!  
Im Waldesfrieden werden still die Rache und der Krieg.  
Der Gottheit nahe, betet, ruft: dem Frieden wird der Sieg.

B.

## Vom Tiefatmen im Schulturnen.

*W. Dettwyler, Turnlehrer, Bern.*

In der „Turnschule“ steht zu lesen auf Seite 9: „Für Knaben und Mädchen der I. Stufe, also vom 7.—9. Jahre, besteht das hauptsächlichste Übungsbedürfnis darin, Lunge und Herz die notwendigen Wachstumsanregungen zu geben. Das erstere Organ wird gekräftigt und entwickelt durch das *Tiefatmen*, das letztere durch vermehrte und intensive Kreislauftätigkeit. Beide Wirkungen werden durch die Schnelligkeitsübungen erreicht. Aus diesem Grunde treten die Laufübungen in den Vordergrund des Turnbetriebes. Sie werden dem Kinde am richtigsten in der Form des Bewegungsspieles geboten.“

Als spezielle Lungengymnastik wird also das Tiefatmen empfohlen. Da nun der schnelle Lauf erfahrungsgemäss die Lungen am intensivsten arbeiten macht, so sind Bewegungsspiele der gegebene Stoff für die Tiefatmung, um so mehr, als sie gleichzeitig auch die Herztätigkeit anregen.

„Die Atemerziehung durch Schnelligkeitsbewegung ist unstreitig in den ersten Schuljahren bis zur beginnenden Entwicklung eines der wichtigsten Übungsziele. Diese Übung ist aber dem Kinde in erster Linie auf seine natürliche Art zu gönnen, nämlich durch die Spiele im Freien, d. h. die Lauf- und Ballspiele.“ (Dr. med. F. A. Schmid.)

Das freie Spiel hat gegenüber dem kommandierten Lauf den grossen Vorteil, dass es sich viel besser der Individualität des Kindes anpasst, d. h. es gewährt ihm am sichersten das rechte Mass von Bewegung. Das spielende Kind läuft sich ausser Atem, „bis es nicht mehr kann“, ruht einen Moment, um bald wieder am Spiele teilzunehmen. Kräftigste Inanspruchnahme von Lunge und Herz wechselt häufig ab mit Ruhepausen, alles reguliert durch wirkliches Bewegungs- und Ruhebedürfnis. Der beste Maßstab für ein Zuviel oder Zuwenig liegt also im Kinde selbst. Ein normal gebautes, gesundes Kind kann sich tollen „wie ein junger Hund“, bis die Mutter findet, es sig jetzt doch de afe gnue.

„Als einen heilsamen Trieb, der dem gesunden, heranwachsenden Kinde ebensogut innewohnt als das Gefühl von Hunger und Durst, hat die Natur dem Kinde die Freude am wilden Tummeln, am Rennen und Abhetzen bis zur Atemlosigkeit eingepflanzt.“

Diesen heilsamen Trieb soll das Schulturnen unterstützen und fördern, ihm Anregung geben. Für das gesunde, normal gebaute Kind ist das Spiel die naturgemässteste Übungsform. Wir haben aber in unsren Klassen viele schwächliche, nicht normal gebaute Kinder, die infolgedessen an den Spielen der andern nicht teilnehmen können oder wollen. Sie machen also die kräftigende Lungengymnastik nicht mit und hätten's doch grad am nötigsten. Der natürliche Bewegungstrieb drängt im Anfang auch das schwächliche

Kind, an dem Spiel seiner Kameraden teilzunehmen. Aber bald fühlt es, oder es wird ihm nach Kinderart in ungeschminkter Wahrheit zugerufen, dass seine schwachen Kräfte nicht ausreichen, und es muss als Spielverderber ausscheiden.

Bei schwachentwickelten Kindern mit flachem Brustkorb, vorhängenden Schultern, flügelförmig abstehenden Schulterblättern fehlt die Fähigkeit zu tiefen Atemzügen. Die gesamte Atemmuskulatur ist unentwickelt und kraftlos.

Hier soll nun eine planmässige Pflege der Atemübungen zur Verbesserung der Atemmechanik einsetzen.

Einige physiologische Kenntnisse sollen etwas aufgefrischt werden: „Die Atmung besteht aus zwei in rhythmischem Wechsel erfolgenden Vorgängen, der Ein- und Ausatmung. Bei der Einatmung wird durch die Einatmungsmuskeln der Brustkorb erweitert. Da die Lungen der Brustwand dicht anliegen, so folgen sie dem Zug der Brustwände, wodurch in die Lungen Luft eingesogen wird. Die Arbeit der Lungen ist hier also eine passive. Hören die Einatmungsmuskeln auf zu wirken, so vollzieht sich die Ausatmung derart, dass die Elastizität und Schwere der Brustwände, die Erschlaffung des Zwerchfells und die Elastizität des Lungengewebes die vorher gedehnten Lungen wieder zusammendrückt und bewirkt, dass eine entsprechende Menge Luft aus ihnen wieder entweicht.“

Die Muskulatur des Brustkorbes spielt also bei der Atmung eine grosse Rolle. Diese Atemmuskeln auszubilden, zu stärken, zu grösstmöglicher Arbeitsleistung zu erziehen, soll erste Aufgabe der Tiefatemübungen sein.

Die Atmungsmuskeln arbeiten automatisch und unabhängig von unserm Willen. Wir können allerdings die Atmung beschleunigen oder verlangsamen, für eine gewisse Zeit sogar ganz unterbrechen (1—2 Minuten); wir können flacher oder tiefer atmen.

Diese begrenzte willkürliche Beeinflussung der Atmung ist von grosser Bedeutung für das Tiefatmen, indem wir sie zur Übung und Kräftigung der Atemorgane in Anspruch nehmen können. So ist es für die Leistungsfähigkeit des Menschen von grösster Wichtigkeit, dass er beim Marschieren, beim Dauerlauf, beim Bergsteigen die Atemtätigkeit genau und konsequent reguliert, so z. B., dass der Marschierende bei vier Schritten ein und bei vier Schritten ausatmet. Die Lungen müssen gleichsam auf einen bestimmten atmosphärischen Druck eingestellt werden, unter dem sie bei gleichbleibender Marschleistung dauernd stehen sollen. Wird das Tempo geändert (z. B. Dauerlauf), so wird ohne weiteres auch die Lungentätigkeit anders „eingestellt“. Darin besteht das ganze Geheimnis der aussergewöhnlichen Marsch- und Laufleistungen, wie sie an Wettkämpfen geboten werden.

Eine derartige Beherrschung der Atmung ist aber eigentlich das Endziel der Atemgymnastik. Wie gelangen wir zu diesem Endziel? Der

Weg ist schon angedeutet worden. Wir müssen durch eine planmässige Pflege der Atemübungen die Mechanik des Atmens beherrschen und verbessern lernen.

Dazu gehört in erster Linie: Kräftigung der eigentlichen Atemmuskeln, des Zwerchfells und der Zwischenrippenmuskeln. Die Turnschule enthält für die I. Stufe eine Reihe von Arm-, Kopf- und Rumpfübungen, welche diesem Zwecke entsprechen.

Zur Kräftigung der Brustmuskeln und des Zwerchfelles dienen auch folgende Übungen: Ziehen der Schultern nach hinten und vorn, Heben und Senken der Schultern, aus der Armbeuge in Hüftstütz ziehen der Ellbogen nach rück- und vorwärts, Kniebeugen und -strecken, leichte Spannbeuge usw. Ferner sind die Haltungsübungen in einfacher Form vorzüglich geeignet zur Kräftigung der eigentlichen Atemmuskeln als auch der Hilfsmuskeln. Als Hilfsmuskeln betrachten wir die Muskeln, die von der ganzen Wirbelsäule, vom Schultergerüst, von den Armen, vom Becken her auf den Brustkorb einwirken können.

Alle diese Übungen sollen so ausgeführt werden, dass mit der Rhythmisik der Übung die Rhythmisik der Atmung parallel läuft, z. B. Heben der Schultern — einatmen, Senken der Schultern — ausatmen usw.

Sind die Atemmuskeln richtig durchgebildet, so folgen Übungen zur Erhöhung der Elastizität der Lungen und des Brustkorbes. Dazu gehören: das einfache Tiefatmen aus der Grundstellung; langsames Einatmen — kräftiges, kurzes Ausatmen und umgekehrt; Anhalten des Atems nach tiefem Ein- oder Ausatmen; stossweises Ein- und Ausatmen; oberes Brustatmen; Bauchatmen.

Diese Übungen erhöhen nicht nur die Elastizität der Lungen, sondern erweitern auch den Brustraum und vermehren dauernd die Fassungskraft der Lungen. Der gesamte Blutumlauf wird aber auch reger, und damit wird der Stoffwechsel mächtig gefördert.

Ist das Tiefatmen in der oben angeführten Art gelernt worden — das sicherste Zeichen, dass wir unser Ziel erreicht haben, ist die schönere, aufrechtere Haltung des Kindes —, so wird nun das Spiel in seine Rechte treten. Das Kind wird jetzt mit ganz anderer Freude und anderem Eifer spielen, nachdem in ihm die Fähigkeiten der kraftvollen Anstrengung und der Ausdauer geweckt worden sind. Das Bewusstsein, körperlich kräftiger und leistungsfähiger geworden zu sein, weckt und stärkt in ihm das Selbstgefühl; es kräftigt den Willen und legt den Grund zu allen jenen moralischen Tugenden, die wir Mut, Entschlossenheit, Aufopferungsfähigkeit usw. nennen.

Trotz ihrer Einfachheit sind die Tiefatemübungen ein ganz vorzüglicher Turnstoff, weil sie für die gesamte spätere körperliche Entwicklung

des Kindes den Grund legen, d. h. Lungen und Herz ausbilden und kräftigen. Erst wenn diese zwei Hauptorgane leistungsfähig geworden sind, wenn das solide Fundament geschaffen ist, dann ist es vernünftig, darauf weiterzubauen.

Und gerade wegen ihrer Einfachheit — es sind keine Geräte notwendig, die Tiefatemübungen können also ausnahmslos an jeder Schule geübt werden — sind diese Übungen wertvoll. Wir haben im Lande herum viele Schulen ohne Geräte und sogar ohne Turnplatz. Die Tiefatemübungen verlangen weder das eine noch das andere. Alles, was sie verlangen, ist, dass sie Tag für Tag ausgeführt werden. Der Segen wird nicht ausbleiben.

Es ist ein grosses Verdienst unserer neuen Turnschule und der Männer, die sie verfasst haben, dass sie für die I. Stufe namentlich das Tiefatmen und dann das Spiel in den Vordergrund gestellt haben. In diesem Geiste an der körperlichen Erziehung unserer Jugend arbeiten, heisst, mit dem Bau da anfangen, wo er fest und unerschütterlich stehen soll, dem Fundament.

---

## Warum?

Es ist nicht, um jemandem Liebenswürdigkeiten zu sagen und ein guter Mann zu sein, dass ich mich zum Worte melde, und der schreckenstarrenden Welt, der ohnehin vom europäischen Kriege heimgesuchten, mitteile, dass das Verhalten der fortschrittlich gesinnten bernischen Lehrerschaft gegenüber ihrem Organ, dem „Berner Schulblatt“, als ein ziemlich laues bezeichnet werden muss. Dies ist nicht sowohl gemeint hinsichtlich der Abonnentenzahl, die mir nicht bekannt ist, als wegen der aktiven Mitwirkung als Korrespondenten. Die Zahl der bernischen Lehrer liesse gewiss eine weit stärkere Beteiligung erwarten, als vorhanden zu sein scheint.

Es macht doch jedermann Erfahrungen mit seinen Methoden, um so mehr, da wir nicht in einer Zeit des Stillstandes sind, vielmehr eine lebhafte Geistesbewegung unverkennbar unser Schulleben befruchtet. Oder ist's nicht so? Sind nicht die allgemein pädagogischen Anschauungen, dem Fluss der Zeit gemäss, zum Teil in Revision; müht sich nicht die ganze Lehrerwelt, in allen Lehrfächern einen möglichst fruchtbaren Betrieb auszudenken und durchzuführen, hat z. B. nicht die Naturkunde durch die biologische Behandlung ein ganz anderes Gesicht gewonnen? Und von einem fruchtbareren Zeichnungsunterricht als ehedem gab die letztjährige Landesausstellung überzeugende Beweise. Es ist kein Gebiet unserer Lehr- und Erziehungstätigkeit, welches nicht vom Wehen einer neuen Zeit berührt würde. Wozu denn diese Klosterstille, statt einander aufzuklären und die gangbarsten Wege zu weisen?

Wenn nur klassische Stilisten sich dürften vernehmen lassen, so würde das Papier nicht immer teurer, und meine Tinte müsste verschimmeln.

Und noch ein anderes: Wer sich von überflüssiger Bescheidenheit dispensiert und ins „Schulblatt“ schreibt, möchte oft auch gerne vernehmen, ob man mit ihm einig gehe oder seine Ansichten missbillige. Grabsstille! Das ist weder der „Schulpraxis“ noch dem „Schulblatt“ förderlich, wenn jeder sein Licht unter den Scheffel stellt. Besäße ich die erforderliche Frechheit, würde ich einige Erisäpfel unter die frommen Schweiger werfen, nicht zu einem Trojanerkriege Nr. 2, aber zu einer heilsamen Debatte. Zum Beispiel: In den Elementarklassen herrscht vielfach noch das verderbliche Dogma vom alleinseligmachen Dreigestirn Lesen, Schreiben und Rechnen, die gar keine Elementarfächer sind. Die Sinne bleiben ungeübt und statt zur Äusserung eigener Wahrnehmungen, werden die Kinder zu einseitig zu blindem Nachsprechen verhalten. Ein Nörgler würde stirnrunzelnd weiter kritteln, es werde nun mancherorts im Zeichnen der Willkür Tür und Tor geöffnet, die genaue Linienführung vernachlässigt über bunten Farben und verfrühten Anläufen, Menschenfiguren und anderes zu fabrizieren, wofür die Jugend nicht vorbereitet sei.

Im Deutschunterricht sei noch immer ein wahlloses Herumtappen unter Lesestücken der verschiedensten Arten und Tendenzen statt der zielbewussten Bildung eines einheitlichen Gedankenkreises und festgeschlossener Willensrichtung.

Sollte sich jemand unterstehen, solche Aussetzungen zu machen, dann würden gewiss zwanzig auf einmal in den Sprechsaal „Berner Schulblatt“ hereinstürzen und das Echo unwiderleglicher Widerlegungen müsste jeden Zweifler zum Schweigen bringen.

F. B.

---

## Die Berufskrankheiten der Lehrer.

Im Schulblatt der Provinz Sachsen schreibt Dr. Hanauer in Frankfurt a. M. über die Berufskrankheiten der Lehrerschaft: Die Lehrer der Volks- und Mittelschulen erfreuen sich günstiger Sterblichkeitsverhältnisse; das Sterblichkeitsniveau kommt dem der protestantischen Geistlichen recht nahe. In allen Altersstufen bleiben die Lehrer mit ihrer Sterblichkeit hinter dem Durchschnitt aller Männer zurück. Der Lehrerberuf begünstigt bei vorhandener Anlage Erkrankungen des Nervensystems und der Atmungsorgane. Diese Krankheiten sind mehr oder minder als Berufskrankheiten anzusehen, wie überhaupt der Lehrerberuf hohe Anforderungen an die Gesundheit der Lehrenden stellt. Was die Tuberkulose unter den Lehrern anlangt, so will Kreisassistanzarzt Dr. Schmidt aus 250 Akten über Lehrer

und Lehrerinnen festgestellt haben, dass die Tuberkulose unter der Lehrerschaft in erheblichem Umfange verbreitet ist, dass die Lehrerinnen bei weitem mehr gefährdet sind als die Lehrer, und dass im 4., 5. und 6. Jahrzehnt die Erkrankung am häufigsten zu Arbeitsunfähigkeit und Tod führt. Die Ursache der häufigen Erkrankungen sah Schmidt in den unhygienischen baulichen Verhältnissen vieler Schulen und in den oft ganz schlechten hygienischen Verhältnissen vieler Lehrerseminare.

Dem widerspricht die englische Statistik, die feststellte, dass von 100 Lehrern bloss 11.1 im Jahre an Tuberkulose starben, während bei der allgemeinen Bevölkerung die Sterblichkeit 19.2 auf 100 beträgt. Die Resultate Schmidts sind auch von anderer Seite nachgeprüft und nicht bestätigt worden. So ist Dr. Raschmann zu einem günstigeren Ergebnis gelangt. Er hielt die Vorwürfe Schmidts gegen die staatlichen, beaufsichtigten Anstalten im wesentlichen für unberechtigt und übertrieben; dagegen bedürfen die sogenannten Pensionen in Städten, wo Präparandenanstalten und Seminare sind, einer Aufsicht in gesundheitlicher Beziehung. Auch Schürmann kommt zu dem Resultat, dass bei keinem der in den letzten 20 Jahren verstorbenen oder pensionierten 43 Lehrer Tuberkulose festgestellt sei, bei den 37 pensionierten Lehrerinnen nur zweimal. Dr. Schürmann behauptet daher, dass die Gefahr, der Tuberkulose zum Opfer zu fallen, für die Lehrer und Lehrerinnen nur gering sei. Der Umstand, dass die Tuberkulose die wirtschaftliche Existenz der davon Befallenen in hohem Masse bedroht, hat dazu geführt, dass neuerdings der Deutsche Lehrerverein der Bekämpfung der Tuberkulose unter der Lehrerschaft seine Aufmerksamkeit zugewendet hat und sie in den Kreis der Vereinsaufgaben einbezieht. Die auf den Erfahrungen der Gothaer Lebens-Versicherungsbank beruhenden statistischen Untersuchungen zeigen, dass bei den Elementarlehrern auf dem Lande die Tuberkulosesterblichkeit über dem Mittel sich bewegt. Die ungenügende Bezahlung und die ungünstigen Wohnungsverhältnisse sind nach Dr. Lorentz die Gründe dafür. Die Lehrerinnen wiesen im allgemeinen eine höhere Tuberkulosesterblichkeit auf wie die Lehrer, was wohl an ihrer schwächeren Konstitution liegt, die den Anstrengungen des Berufes nicht gewachsen ist. Da ein an Lungentuberkulose kranker Lehrer eine grosse Ansteckungsgefahr für die Schüler bildet, schreibt ein preussischer Ministerialerlass vor, dass Lehrer, die an Lungen- oder Kehlkopftuberkulose leiden, die Schule nicht betreten dürfen, solange in ihrem Auswurf Tuberkelbazillen enthalten sind. Lorentz verlangt strengste Auslese aller derer, die den Lehrerberuf ergreifen wollen, hygienische Schulräume, Beachtung einer rationellen Staubhygiene, Zurückziehung eines tuberkulös erkrankten Lehrers vom Unterricht und zwangsweise Pensionierung desselben, wenn es in angemessener Zeit nicht gelingt, die Krankheit in eine geschlossene umzuwandeln, Errichtung von Heilstätten für

Lehrer und Lehrerinnen, die mit einem Pensionat für tuberkulöse Kinder verbunden sein können.

Übereinstimmung herrscht jedoch darüber, dass unter den Schädlichkeiten des Schullebens die Lehrerinnen in höherem Masse gesundheitlich leiden, was durch ihre von vornherein schwächere Konstitution bedingt ist. Die vorliegende Statistik stellt bei ihnen häufigere Erkrankungen wie auch längere Krankheitsdauer fest. Es ist bei den Lehrerinnen ein längerer Versäumnisdurchschnitt festzustellen wie bei den Lehrern. Aus einer Krankheitsstatistik von Mannheimer Lehrer und Lehrerinnen lässt sich die geringe Widerstandsfähigkeit des weiblichen Lehrpersonals erweisen. Während die Beurlaubung der Lehrer krankheitshalber im Durchschnitt 3.7 % betrug, stieg bei den Lehrerinnen die Zahl auf 9.0 %. Zur Verhütung der Berufskrankheiten der Lehrer und Lehrerinnen ist erforderlich, dass nur körperlich vollkräftige Menschen sich dem Lehrerberuf zuwenden, womöglich nur solche, die ärztlicherseits vor dem Eintritt in die Präparandenanstalten untersucht und für tauglich befunden werden. Neben der geistigen Ausbildung der Seminaristen ist auch die körperliche nicht zu vernachlässigen. Im Schulbetrieb kommen gute hygienische Einrichtungen, wie namentlich peinliche Sauberkeit der Schulräume und Sorge für unverdorbene Luft nicht allein den Schülern, sondern auch der Gesundheit der Lehrer zugut. Daselbe gilt auch von der Hygiene des Unterrichts; die Zahl der Unterrichtsstunden und der Schüler in einer Klasse darf nicht zu gross sein; am günstigsten erweist sich die Einführung des ungeteilten Vormittagsunterrichtes. In der schulfreien Zeit ist dem Lehrer viel Aufenthalt in frischer Luft, das Betreiben von Sport, von Gartenbau usw. zu empfehlen.

Dr. A. Sänger bezeichnet als häufigste Berufskrankheit der Lehrer die Neurasthenie, die nach grossen körperlichen und geistigen Anstrengungen akut auftreten kann, die in ihrer chronischen Form ganz besonders durch die Lehrtätigkeit hervorgerufen wird und die endlich auch auf Vererbung beruhen kann. Es sollten daher nur absolut widerstandsfähige Leute Lehrer werden. Auch Prof. Pibcz in Wien konstatiert als Erfahrungstatsache, dass die Neurasthenie im Lehrerstand unverhältnismässig häufig vorkommt. Die Ursache darin sieht Pibcz nicht in der intellektuellen Betätigung, sondern in Affekten, welche die Gemütsphäre in Mitleidenschaft ziehen. Eine gewisse Monotonie der Tätigkeit kann auch als Mitursache der Neurasthenie angesehen werden. Die tägliche Arbeit des Lehrers ist dazu angetan, das Nervensystem in konstanter Anspannung zu erhalten. Vielfach muss der in seinen Pflichtenkreis gefesselte Beamte auch noch seine freie Zeit, die der Entspannung auf irgendwelche Weise gewidmet sein sollte, durch materielle Not gezwungen, in derselben Weise verwenden. Die Symptome unterscheiden sich nicht von der Neurasthenie anderer Berufe; hervorzuheben wäre höchstens, dass die Höhe der Beschwerden auf die Frühstunden fällt und gegen

Abend abklingt. Die Konsequenzen der Neurasthenie machen sich sowohl bei den Kindern wie bei den Lehrern bemerkbar und führen nicht selten zu vollständiger Arbeitsunfähigkeit. Zur Verhütung käme einerseits eine durchgreifende Reform des Standes in dem Sinne in Betracht, dass die Individualität der Lehrpersonen weniger eingeschränkt und ihre materielle Lage gehoben würde; anderseits könnte auch durch kleine Verhinderungen, wie stufenweise Verringerung der Stundenzahl mit vorrückenden Dienstjahren, Verminderung der Stundenzahl bei Lehrern, deren Fach vielfaches Korrigieren bedingt, Einführung grösserer Pausen zwischen den Stunden die Lehrerneurasthenie wirksam bekämpft werden.

---

## Schulnachrichten.

**Aus amtlichen Erlassen.** Zur Bestreitung der Stellvertretungskosten für die im aktiven Militärdienst stehenden Lehrer werden auch im III. Quartal 1915 an der Staatszulage die gleichen Abzüge gemacht wie im I. Quartal, nämlich Fr. 10 per Lehrstelle, 50 % bei ledigen oder mit amtierenden Lehrerinnen verheirateten Lehrern des Auszuges und der Landwehr, sowie die durch Regierungsratsbeschluss vom 13. Oktober 1914 festgesetzten Abzüge für Offiziere des Auszuges und der Landwehr.

Die vom Regierungsrat am 13. Oktober 1914 vorläufig bis Ende 1915 beschlossene Sistierung von Alterszulagen und Besoldungsaufbesserungen wird vorläufig verlängert bis Ende 1916. Es bleiben also die gemäss den bestehenden Besoldungsdekreten, speziellen Beschlüssen oder übungsgemäss seit 1. August 1914 fällig gewordenen oder bis Ende 1916 noch fällig werdenden Alterszulagen und andern Besoldungsaufbesserungen für sämtliche Beamten, Angestellten und Arbeiter des Staates vorderhand bis zum 31. Dezember 1916 sistiert.

Aufbesserungen von Besoldungen nicht staatlicher Funktionäre, an welche der Staat prozentual beiträgt, ist auch fernerhin die Genehmigung bis zum 31. Dezember 1916 zu verweigern oder nur unter der Bedingung zu erteilen, dass der Anteil des Staates der bisherige bleibt; bereits genehmigte Besoldungserhöhungen dieser Art sind, soweit solche nach dem 1. August 1914 in Kraft treten sollten, in gleicher Weise zu sistieren wie die Besoldungserhöhungen für das Staatspersonal.

Auch für die französisch-sprechenden Schulen des Kantons Bern ist nun eine Auswahl von Liedern zum Auswendiglernen bezeichnet worden, und zwar für die Ober- und Mittelstufe je drei.

Speziell aufmerksam machen möchten wir auf die dem letzten „Amtlichen Schulblatt“ beigegebene Broschüre „Über körperliche und geistige Entwicklungsstörungen bei Kindern und ihre Behandlung“. Dieser Vortrag des in weitesten Kreisen rühmlichst bekannten Chirurgen Prof. Dr. Kocher in Bern verdient die vollste Beachtung durch die gesamte Lehrerschaft.

**Überfluss an Sekundarlehrern.** An die zur Neubesetzung ausgeschriebene Stelle eines Sekundarlehrers an der Sekundarschule in Boltigen haben sich im ganzen siebzehn patentierte Sekundarlehrer, sogar solche mit dem Ausweis als Gymnasiallehrer oder mit dem Doktorstitel, angemeldet.

† **Ernst Abrecht.** In Jegenstorf starb nach längern Leiden unerwartet schnell Herr Oberlehrer Ernst Abrecht. Vierzig Jahre lang ist er in Jegenstorf mit gutem Erfolge der Schule vorgestanden und hat mit Eifer die Jugend unterrichtet. Auch in anderen Stellungen hat er gewirkt und der Gemeinde unschätzbare Dienste geleistet, als Zivilstandsbeamter, als Leiter der Gesangvereine und der Theatergesellschaft, als Brandmeister, als Mitglied des Gemeinderates usw. Im Frühling 1914 nötigte ihn ein Schlaganfall, von dem er sich zwar verhältnismässig gut erholte, vom Schuldienste zurückzutreten, und nun hat eine Wiederholung des Übels seinem Leben plötzlich ein Ziel gesetzt.

**Aarberg.** Hier fand Sonntag den 1. August bei grosser Beteiligung der Bevölkerung die Einweihung des neuen Schulhauses in Verbindung mit einem Jugendfest und einer würdigen Bundesfeier statt.

\*       \*       \*

**Allgemeine Volksschule.** Eine Forderung, die in Deutschland auf dem Gebiete der Schule wieder in den Vordergrund tritt, ist die der Einheitsschule. Da draussen im Felde die tapferen Kämpfer einig zusammenstehen und alle gesellschaftlichen Unterschiede verwischt sind, glaubt man, dass nach dem Kriege die Einheitsschule nur noch wenige Gegner finden wird. Auch fordert man sie von neuem im Namen der nationalen Einheit. Zu dieser Forderung äussert sich J. Barth im „Tag“ folgendermassen: Gewiss, nationale Einheit ist uns auch in der ferneren Zeit notwendig, wenn wir nicht unseren Feinden erliegen wollen. Aber fühlt sich nicht heute schon das deutsche Volk vollkommen einig? Kann die nationale Begeisterung grösser sein, als sie unsere hinausziehenden Krieger bekunden? Und dass diese nationale Einheit im deutschen Volke in so begeisternder Weise zum Ausdruck kommt, ist doch auch der deutschen Schule als Verdienst anzurechnen, und sie hat dies erreicht ohne einheitliche Grundlage aller Erziehung, wie sie die Einheitsschule verlangt. Das Gefühl und das Bewusstsein der nationalen Einheit wird auch weiterhin im deutschen Volke lebendig bleiben, wenn die Schule wie bisher die nationale Erziehung sich zur Aufgabe macht. Es führen viele Wege nach Rom, kann man auch hier sagen. Durch die Differenzierung der Schulen geschieht der nationalen Erziehung durchaus kein Abbruch. Fördernd kann aber in der zukünftigen Schule auf den Nationalsinn gewirkt werden, indem man ihn auf tiefere Einsicht und besseres Wissen stützt.

**Deutschland.** Der Name des bekannten deutschen Schulmannes Friedrich Polack hat auch in der Schweiz einen guten Klang. Manch treffliches Wort aus seinen „Brosamen“ ist auch auf der Titelseite unseres Blattes gestanden. Am 19. Juli ist Schulrat a. D. Friedrich Polack im Alter von über 80 Jahren in Treffurt a. Werra entschlafen. Geboren am 24. Januar 1835 in Flarchheim als Sohn eines kleinen Landwirtes, wuchs er in engen Verhältnissen auf. Durch seine Fähigkeiten ragte er bald über seine Mitschüler hervor; doch nur schwer konnte sich der Vater entschliessen, dem Drängen von Lehrer und Pfarrer nachzugeben und den Sohn die Präparandenanstalt und das Lehrerseminar in Erfurt besuchen zu lassen. Sein erstes Arbeitsfeld war das stille Walddorf Schierschwende bei Treffurt; vom kleinen Dorfe ging es nach einem grösseren, dann als Rektor nach Nordhausen; im Jahre 1876 berief ihn die Regierung nach Worbis als Kreisschulinspektor, wo er 27 Jahre in Treue wirkte. Im Jahr 1903 trat er in den Ruhestand und siedelte nach Treffurt über, wo er in den ver-

schiedensten Stellungen noch wertvolle Dienste leistete, bis ihm nach wohl vollbrachtem Tagewerk die ewige Ruhe zuteil wurde.

— In den Landsturm-Bataillonen, die zurzeit in Belgien stehen, sind praktische Unterrichtskurse eingeführt worden, um die Truppen in der dienstfreien Zeit zu beschäftigen und der Mannschaft Gelegenheit zu bieten, ihre Kenntnisse zu ergänzen und zu erweitern. In jedem Bataillon ist laut Befehl des Militär-Gouverneurs der Provinz Luxemburg eine Schulkommission zu bilden. Jede Kompagnie und die am Standort untergebrachte Schwadron entsendet einen oder mehrere Vertreter in die Kommission; diese bezeichnet die Unterrichtskurse und die Lehrer, die sich in jeder Kompagnie reichlich finden. In erster Linie sind aufzunehmen: Sprachen (französisch und vlämisch), Buchführung, Stenographie, Lesen, Schreiben, Rechnen, vaterländische Geschichte, Land- und Volkswirtschaft. Ein Bataillon, das zu 90 % aus Landwirten bestand, nahm als Unterrichtsgegenstände auf: 1. Landwirtschaftliche Tagebuchführung; 2. Vaterländische Geschichte und Kriegsgeographie; 3. Land- und Volkswirtschaft (Besprechung von Tagesfragen, wirtschaftliche Massnahmen). Die Schulkommission dieses Bataillons setzte sich zusammen aus einem Juristen und drei Lehrern. Lehr- und Lernmittel beschaffen ihnen der Dürer-Bund, die Gesellschaft zur Verbreitung von Volksbildung, die Hamburger Dichter-Gedächtnisstiftung. Die Unterrichtskurse sind seit Anfang März im Gang und erfreuen sich bei der Mannschaft grosser Beliebtheit. Um einen lückenlosen Unterricht handelt es sich ja nicht; aber nützliche Kenntnisse werden aufgefrischt und erweitert.

## Literarisches.

**Jugendborn.** Die Augustnummer dieser trefflichen Monatsschrift für reifere Schüler ist auf die Bundesfeier zugeschnitten. An der Spitze steht Mangolds Bundesfeierkarte 1915. Dann folgt „Im Hirtenland“ aus Ad. Freys „Neuen Gedichten“ und aus dem Festspiel zur Bundesfeier 1891 vom gleichen Dichter „Der Bundesschwur 1291“, sowie Meinrad Lienerts „1. August“. Josef Reinhard erzählt seine hübsche Kindergeschichte „Nachbarskinder“ zu Ende, und den Schluss bildet ein Walldidyll „Bei Reinekes“, so recht der Natur abgelauscht.

**Das Land ohne Rücken.** Erlebnisse und Geschichten aus dem Weltkrieg, von Fritz Müller.

**Klar Schiff!** Seekriegsnovellen 1914/1915, gesammelt von Carl Busse. — Beides verlegt bei Eugen Salzer in Heilbronn. Gebunden je Fr. 1.35.

Unter den vielen Erzeugnissen der Literatur, die der grosse Krieg hervorgebracht, ragen die auch in der Ausstattung tadellosen kleinen Büchlein des Salzerschen Verlages hervor. Was uns darin besonders wohltuend berührt, ist der noble Ton und die nirgends tendenziös werdende Schreibart der hübschen Erzählungen. Fritz Müller und Carl Busse sind zu bekannte Namen, als dass es nötig wäre, ihre Geisteskinder besonders zu empfehlen. H. M.

**Kampfspiel-Anleitung** für die Truppeneinheiten. Im Auftrage des Kommandos der 3. Division bearbeitet von J. Steinemann, Inf.-Hauptmann. Mit 12 Figuren. A. Francke in Bern. 50 Rp.

Das Kampfspiel ist für das moderne, populäre Turnen zum Machtfaktor geworden. Hier findet sich eine gute Auswahl von Spielen in denkbar einfachster

Form vor, die besonders auch dem Lehrer im Turnunterricht der Schule hervorragende Dienste leisten wird.

H. M.

**Die geschichtlichen Vorbedingungen des europäischen Krieges.** Vorträge, gehalten im Gemeindeverein Winterthur im November 1914 von Prof. Dr. W. Hünerwadel. Art. Institut Orell Füssli, Zürich. 80 Rp.

Über die geschichtlichen Vorbedingungen, wohlverstanden, nicht: die Ursachen des grossen Krieges, hat Hünerwadel eine Serie tiefgründiger Vorträge gehalten, die hier als Broschüre vorliegen. Es ist schon unendlich viel über dieses Thema gesprochen und geschrieben worden; aber das, was uns hier gemeldet wird, ragt weit über das gewöhnliche hinaus. Die Broschüre bildet eine sehr interessante und ungemein lehrreiche Lektüre für jedermann.

H. M.

# Kurhaus und Bad Rudswil bei Kirchberg

Komfortables Haus, direkt am Wald. Prächtiger Aussichtspunkt.  
Sonnen-, Sool-, Schwefel-, Fichtennadel- und andere Bäder. Eisenquelle.  
Lehrern grosse Preisermässigung. Prosp. durch E. Freudiger-Ryser, Bes.

Telephon 3172 **Turnanstalt Bern** Kirchenfeldstr. 70

Beste Bezugsquelle für

**Turn- u. Spielgeräte, sowie Turnkleider u. Turnliteratur**

Schweizer. Landesausstellung Bern 1914  goldene Medaille

## Verein für Verbreitung Guter Schriften in Bern.

Wir empfehlen der geehrten Lehrerschaft unsere sorgfältig und sachkundig ausgewählten **Volksschriften** zur Verbreitung bestens. Stets über 100 Nummern verschiedenen Inhalts auf Lager. Monatlich erscheint ein neues Heft. An **Jugendschriften** sind vorhanden das „Frühlicht“ in sieben verschiedenen Bändchen, „Erzählungen neuerer Schweizerdichter“ I—V, Lebensbilder hervorragender Männer der Kulturgeschichte, Bilder aus der Schweizergeschichte, kleine fünf- bis zehnräppige Erzählungen und Märchen.

Auskunft über Bezug der guten Schriften, Rabatt, Mitgliedschaft des Vereins erteilt gerne der Geschäftsführer **Fr. Mühlheim**, Lehrer in **Bern**.

Namens des Vorstandes, Der Präsident: **H. Andres**, Pfarrer.

975 Der Sekretär der lit. Kommission: **Dr. H. Stickelberger**, Sem.-Lehrer.

Vereine und Schulen, die Biel und seine prächtigen Umgebungen besuchen, finden anerkannt treffliche und billige Verpflegung in dem

# Hotel z. Blauen Kreuz

 in Biel 

Vorherige Anzeige der Besucherzahl und der Verpflegungsart erwünscht.