

Zeitschrift: Jahresbericht des Bündnerischen Lehrervereins

Herausgeber: Bündnerischer Lehrerverein

Band: 8 (1890)

Artikel: Die Gesundheitspflege in der Schule

Autor: Denz

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-145239>

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: 21.02.2026

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

Die Gesundheitspflege in der Schule.

Von Dr. Denz, prakt. Arzt in Churwalden.

Die moderne Schule ist eine vom Staate geschaffene Einrichtung, mit dem Zwecke, die Jugend zu befähigen, dereinst ihren vollen bürgerlichen Pflichten zu genügen. Das Mittel zu diesem Zwecke gibt die Erziehung, d. i. die gleichmässige Entfaltung der dem menschlichen Individuum von der Natur verliehenen körperlichen und geistigen Anlagen und Fähigkeiten. Dieses Mittels hat sich also die Schule zu bedienen, wenn sie der Absicht ihres Schöpfers, des Staates, genügen soll; damit ist zugleich ausgedrückt, dass die Schule den Zweck des Staates verfehlt und sich der Berechtigung ihrer Existenz beraubt, wenn sie durch Bevorzugung der Entfaltung der einen Seite der menschlichen Anlagen und Fähigkeiten vor der anderen das Gleichmass stört. Der Staat nimmt den Menschen in körperlicher und geistiger Richtung als ein Ganzes; der Körper ohne Geist, der Geist ohne Körper sind keine Faktoren, mit denen er rechnet. Solide durchgebildete Charaktere, welche wissen, was sie wollen, und welche nur wollen, was recht ist, welche aber auch tun, was der vernünftige Wille gestattet hat, braucht der Staat in seinen Bürgern.

Ich will für heute von der Besprechung verschiedener Aufgaben der Schulhygiene, wie z. B. vom Schulhause und dessen Einrichtungen, von den inneren Einrichtungen der Schule etc., über welche Thematik sich gar so viel schreiben liesse, abstrahiren und mein Hauptaugenmerk auf den eigentlichen Unterricht, soweit derselbe zur Gesundheit in Beziehung steht, richten.

Während die Berechtigung der Hygiene, ihre entscheidende Stimme in den eben angegebenen Aufgaben abzugeben, zweifelsohne feststeht, hat sie in den Fragen, welche sich auf den eigentlichen Unterricht beziehen, ihre Competenz abzuwägen gegenüber denjenigen Forderungen, welche seitens der Erziehungslehre auf-

gestellt und zur Durchführung gebracht werden. Auf diesem wichtigen Teile sieht man deshalb auch seit einer geraumen Reihe von Jahren einen entschiedenen Gegensatz der Vertreter beider Wissenschaften, der Ärzte als der Beschützer der körperlichen, der Pädagogen als derjenigen des geistigen Wohles der Jugend, hervorgetreten. Während jene den Ton darauf legen, dass unter der Last der Kulturanforderungen die körperliche Konstitution der Jugend nicht leiden und in der Entwicklung zurückbleiben dürfe, betonen diese, dass die Schule an und für sich zwar mit den körperlichen Anlagen und Kräften sparsam zu Werke gehen müsse, dass dieselbe indes nicht als eine hygienische Anstalt zu betrachten sei, welche stets nur die körperliche Entwicklung im Auge zu behalten habe, sondern dass die Erreichung eines gewissen Grades geistiger Förderung nicht anders statthaben könne als auf Kosten des körperlichen Wohles. Es ist kaum zu leugnen, dass man von beiden Seiten in der Hitze des Streites über das Ziel hinausgegangen ist. Dass Ärzte, welche alltäglich das menschliche Elend in so tausendfacher Form an den verschiedensten Krankenbetten kennen zu lernen Gelegenheit haben, den Schwerpunkt glücklichen Daseins in einer kernigen Gesundheit erblickten und von geistiger und wissenschaftlicher Vervollkommnung nur so viel zulassen wollten, als sie glaubten mit der intakten Gesundheit vereinbaren zu können, ist eine allzunatürliche und wohl zu entschuldigende Sache; ebensoleicht kann man den Ideengang der Pädagogen erklärlich finden, welche in der geistigen Vervollkommnung des Menschen ihre eigentliche Aufgabe suchen, weil sie glauben, durch dieselbe den Menschen auf die höchste Stufe glücklichen Daseins zu führen.

So wogte der Streit eine Zeit lang hin und her und ist bis zum heutigen Tage nicht endgültig begraben; noch heute gibt es Lehrer, welchen ärztlicher Einfluss in der Schule als eine unnütze und ihre Leistungen hemmende Kraft erscheint. Jedoch sind Äusserungen solcher Art in der allerletzten Zeit nur noch vereinzelt, und es ist erfreulich zu sehen, wie gerade hervorragende Pädagogen jetzt Hand in Hand mit den Ärzten die Gesundheitspflege in der Schule zu fördern bemüht sind.

Der Vorteil dieser Bestrebungen kommt überdies der Schule in erster Linie zu. Wo das Blut frisch kreist, die Wangen blühend und rund sind, der Körper wohlgebildet und widerstandskräftig ist, da wohnt auch ein reger, lebendiger Geist, welcher leicht das Gegebene aufnimmt und verarbeitet. Gesunde Kinder machen dem

Lehrer halbe Arbeit, weil sie mit Aufmerksamkeit dem Vorgebrachten folgen. Schon bei der Schulpflichtigkeit eines Kindes sollten Lehrer und Arzt gemeinschaftlich ihre Ansicht darüber äussern, ob das Kind geistig und körperlich so entwickelt ist, dass es zum Schulbesuch zugelassen werden kann. Der endgültige Beschluss darüber fällt dann in die Kompetenz des Schulrates. Viele Kinder scheinen im schulpflichtigen Alter schulfähig und schulreif, während sie es in der Tat nicht sind. Es gibt eine Summe von Kindern, welche mit dem erfüllten 7. Lebensjahre noch nicht zur Schule gehen dürfen, weil sie durch die Art ihrer Organisation nicht im stande sind, den energischen Anforderungen der Schule zu genügen und ihren Einflüssen hinlänglich Widerstand zu leisten. Kinder ungesunder Eltern, wenn sie auch nicht gerade selbst schon mit Krankheit behaftet sind, wenn sie sogar nicht einmal ausgesprochene Krankheitsanlagen erkennen lassen, sind immer zarterer, weniger widerstandskräftiger Konstitution und bedürfen ausserordentlicher Schonung.

Eine Krankheit, welche hier von höchster Bedeutung ist, bei uns aber glücklicherweise selten vorkommt, ist die Lungenschwindsucht. Die Lungenschwindsucht der Eltern zeigt sich in nur seltenen Fällen offenbar an den körperlichen Eigenschaften der Kinder und gerade am wenigsten zu jener Zeit, mit welcher die Schulpflicht beginnen sollte. Oft schwebt über den gesund aussehenden Kindern das Damoklesschwert einer bösartigen Veranlagung, welche erst später zur Entwicklung kommt. Die Schule wird solchen Kindern immer und andauernd grössere Sorgfalt und Rücksicht widmen müssen. — Kinder geisteskranker und epileptischer Eltern müssen ebenfalls seitens der Schule mit grösster Vorsicht behandelt werden, und sicherlich ist es in solchen Fällen angezeigt, das schulpflichtige Alter etwas später beginnen zu lassen.

Nun komme ich auf die Reinlichkeit und Kleidung der Schulkinder zu sprechen. Unsauber zur Schule kommende Kinder, mit ungekämmtem Haar, schmutzigen Händen, fett- und staubgetränkten Kleidern sollten von dem Lehrer unerbittlich nach Hause geschickt werden. Unsauberkeit ist nicht allein die Quelle vieler Krankheiten, sondern die Quelle geistiger Rückständigkeit und der häufige Begleiter einer niedrigen Gesinnung.^{1) *)} — Das Tragen von wollenen

^{*)} Die einschlägigen Zitate aus den „Vorposten der Gesundheitspflege“ von Dr. Sonderegger, auf welche die Ziffern hinweisen, finden sich auf Seite 36 bis 39. Der Herausgeber.

Tüchern auf dem Kopfe, wie dies bei uns oft bei den die Schule besuchenden Mädchen vorkommt, disponirt die Kinder zu Erkältungen, indem sie dieselben verweichlichen. Diese Einhüllungen des Kopfes sind nicht selten dazu angetan, Unsauberkeit der Kopfhaut zu unterhalten oder Anwesenheit von Kopfausschlägen und Ungeziefer zu verdecken. Neben Reinlichkeit soll auch Einfachheit in der Kleidung verlangt werden. Eitelkeit und Gesundheit sind bittere Feinde, was sich schon darin kund gibt, dass die Geldsummen, welche verwendet werden, um die Kleidung auffallend zu machen, der Beschaffung guter Nahrung und Wohnung entzogen werden. Mit den Fortschritten in der Zivilisation tritt leider auch in unsren einsamen Alpentälern der Luxus immer mehr hervor, welches Übel zum Teil als eine Folge der Fremdenindustrie erklärt werden kann. Diesem Übel muss schon in der Schule entgegengearbeitet werden. Eine schwierigere Aufgabe ist es für den Lehrer, solche Kinder, welche zerrissene Kleider, zerrissen Schuhwerk oder gar kein Schuhwerk haben, nicht zu dulden. Da ist es schwer, Lehrer, noch schwerer, Arzt zu sein. Die Armut ist der schlimmste Feind der Gesundheit. Da können wir nur den selbstverständlichen Wunsch aussprechen, dass der Staat im eigensten Interesse sich solcher Armen annehme, dass er die Kinder, welche nach der Schule gehen, kleide und ernähre; dies sind auf reiche Zinsen angelegte Kapitalien, welche in Zeiten der wirklichen Not dem Vaterlande zu Gute kommen.²⁾ — Bezüglich der Kleidung möchte ich noch die Herren Lehrer auf den einen wichtigen Umstand aufmerksam machen, dass die Kinder nicht in durchnässten Kleidern in der Schule verbleiben dürfen.

Wenn ein Kind nasse und kalte Füsse hat, durchfroren auf der Schulbank sitzt, vielleicht gar noch der Hunger nicht völlig gestillt ist, wo soll da die Aufmerksamkeit für den Unterricht herkommen?

Auf der andern Seite ist aber auch darauf aufmerksam zu machen, dass die Schulkinder nicht in zu dicken und warmen Kleidungsstücken während der Schulstunden verbleiben; insbesondere sind wollene Halstücher unter allen Umständen abzulegen. —

Was das Tragen der Schulutensilien anbetrifft, entspricht der Gebrauch der Schultornister, wie man sie bei uns so ziemlich allgemein sieht, unserem Wunsche vollkommen. Die durch das Tragen des Schultornisters bedingte Vorwölbung der Brust kann nur dazu beitragen, den Brustkorb zu weiten und die Atmung zu fördern.

Von Aufstellung von Unterrichtsplänen will ich abstrahiren und nur den Wunsch zu erkennen geben, dass man da mit den geistigen Kräften das körperliche Vermögen zugleich entfalte. Man soll darauf sehen, die wöchentlichen Unterrichtsstunden auf ein Minimum zu beschränken, und dieselben so vorsichtig auf die einzelnen Fächer zu verteilen, dass mit der Verwendung der geringsten Zeit der grösste Erfolg erreicht werde. Als eine heilvolle Neuerung in unsren Schulen ist die Einführung von Pausen sowohl vor- als nachmittags sehr zu begrüssen. Dass ein ununterbrochener Unterricht durch 3 volle Stunden vormittags und 3 Stunden nachmittags sowohl den Lehrer als die Schüler ermüden muss, ist gewiss leicht zu begreifen; es wird dabei die Aufmerksamkeit im besten Falle eine nur scheinbare und der Erfolg des Unterrichtes ausserordentlich zweifelhaft. Durch lang andauerndes Sitzen auf den Schulbänken in ruhiger Haltung müssten die dabei in Tätigkeit tretenden Muskeln schliesslich erlahmen. Es muss also der Schuljugend die Möglichkeit gewährt werden, die ermüdeten Glieder zu strecken, andere Muskelpartien in Tätigkeit zu bringen, den auf den Unterricht gerichteten Gedankengang zu unterbrechen und so die ermüdete Gehirnmasse zu entlasten. Die Pause sollte Vormittags wo möglich um $9\frac{1}{2}$ Uhr und Nachmittags um $2\frac{1}{2}$ Uhr beginnen und im Minimum 10 Minuten dauern. Wo die Ventilationsvorrichtungen, wie leider so häufig, vieles zu wünschen übrig lassen, sind die Schulpausen um so notwendiger. Die Pausen sind auch nötig, um den Kindern die Möglichkeit zu bieten, ihre natürlichen Bedürfnisse zu befriedigen. Ich hörte schon von Herren Pädagogen den Einwand machen, dass die Aufmerksamkeit infolge der Pausen leide, halte aber diesen Einwand für nicht ganz stichhaltig und einigermassen zu ängstlich. Es ist sehr angezeigt, dass besonders schwächliche Kinder in der Pausenzeit ein Stück Brot und wo möglich etwas Obst geniessen. Bei hungerndem Magen wird der Vorteil des Unterrichts ebenso in Frage gestellt, wie auf der andern Seite die Hast, mit welcher nach der Schule zu Hause die Mahlzeit verschlungen wird, der Gesundheit nachteilig ist. Bei ungünstiger Witterung sollten die Kinder während der Pausenzeit sich in gedeckten Hallen bewegen können.

Es ist vielfach die Frage aufgeworfen worden, ob es geeignet sei, die Schulpausen zu gymnastischen Übungen zu benutzen. Ich möchte aus den Schulpausen jeden Zwang verbannen und die Überwachung der Schuljugend nur so weit ausdehnen, dass sie

gegen direkte Ungezogenheiten einzuschreiten hat. Wenn eine gewisse Anzahl von Kindern sich während der Pausenzeit zusammentreten will, um gymnastische Übungen auszuführen, so möge diesen nichts in den Weg gelegt werden, vielleicht das Ganze in zweckmässiger Weise vom Herrn Lehrer oder einem Schüler der oberen Klassen angeordnet werden; aber zwingen würde ich zu derlei Übungen kein Kind. Anstrengende Übungen sind zu verbieten, weil durch Ermüdung der Effekt des Unterrichts gestört wird. Gewöhnlich ist nach solchen Übungen das Schreiben ganz unmöglich, weil ein fortgesetztes Muskelzittern die Federführung verhindert.

In Deutschland lässt man vielerorts die Kinder während der Schulpausen gleichmässig, ruhig und langsam umhergehen, wo möglich in Reihe und Glied. Das entspricht meinem Gefühl nicht. Kinder dieses Alters verlangen ein lebhafteres Tempo der Bewegung. Es steckt in diesem langsamen Auf- und Abgehen so etwas von Philistertum, welches sich mit den modernen Anschauungen der Erziehung nicht recht vertragen will. —

Mit Einführung des gymnastischen Unterrichts dokumentirt sich die Schule in direkter Weise selbst als dasjenige, was ihr von einzelnen Pädagogen immer noch nicht zugestanden werden will, als hygienische Anstalt. Besonderes über die Notwendigkeit des gymnastischen Unterrichts für Knaben zu sagen, kann erspart werden, weil eine umfassende Erfahrung den ausserordentlichen Segen und die Unentbehrlichkeit dieses Unterrichtsgegenstandes ins hellste Licht gestellt hat. Die Erfahrung zeigt, dass, je mehr der Landjugend das Joch der Arbeit und Anstrengung auferlegt wird, desto mehr die dem jugendlichen Alter von Natur eigentümliche Gewandtheit und Elastizität verloren geht; sie wird unbeholfener, langsamer, schwerfälliger. Dieser einseitige Einfluss grosser körperlicher Anstrengungen bei unserer Jugend erhält gerade durch die gymnastischen Übungen ein heilsames Gegengewicht, welches den Körper elastisch, gewandt und zu leichten, schwungvollen Bewegungen geschickt macht, sowie jene Schwerfälligkeit, Unbehilflichkeit und Trägheit überwindet und beseitigt. Zu dem Zwecke sind notwendig:

- a) geeignete Räume — Turnhallen, -plätze;
- b) geeignete Geräte, namentlich Stäbe und Barren.

Wir wollen aus unseren Schülern nicht Professionsturner machen; aber wir wollen ihren Körper stärken und gewandt machen.

Der Lehrer muss sehr darauf achten, dass beim Turnen keine Überanstrengung stattfindet. Der Turnunterricht soll in die freien Nachmittage verlegt werden.

Der gymnastische Unterricht wäre auch für die Mädchen zu empfehlen, lässt sich aber unter unseren Verhältnissen nicht gut durchführen.

Eine ausserordentlich gesunde Leibesübung ist das Schwimmen, zu welchem aber bei uns keine Gelegenheit geboten ist.

Einem anderen Kapitel, nämlich den häuslichen Arbeiten, möchte ich eine besondere Aufmerksamkeit schenken. Alle Bemühungen der Gesundheitspflege um eine zweckmässige Einteilung und um Beschränkung der Unterrichtszeit in der Schule können durchkreuzt werden, wenn eine gesundheitsgemäss Ausnutzung der sog. freien Zeit der schulpflichtigen Jugend nicht statt hat. Oft hört man, dass die Eltern sich darüber beklagen, dass von der Schule aus gegebene häusliche Arbeiten die Kinder zu sehr in Anspruch nehmen und zwar nach meiner Ansicht oft mit Recht. Ich will damit den Herren Lehrern keinen Vorwurf machen, indem ich wohl weiss, dass ein Lehrer mit allen erlaubten Mitteln dahin arbeiten muss, die Kinder bis zum Schluss des Schuljahres bis zu einer gewissen Stufe zu bringen. Der Gesundheitspflege kommt es zu, die körperliche und geistige Entwicklung der Kinderwelt in der gehörigen Normalrichtung zu erhalten.

So viel steht fest, dass der Schwerpunkt des Lernens in die Schule verlegt werden muss. Dieser Grundsatz, theoretisch jetzt wohl allseits anerkannt, muss mit aller Energie zur strengsten praktischen Durchführung kommen. Lehrer, welche nicht im stande sind, den Kindern das vorgeschriebene Pensum in der Schule beizubringen, sollte es nicht mehr geben. Es ist erstaunlich, wie verschieden die Leistungen der einzelnen Pädagogen sind, wie mangelhaft die von dem einen, wie ausgezeichnet die von dem anderen errungenen Erfolge. Den besten Massstab gibt unzweifelhaft die Lust der Kinderwelt an dem betreffenden Unterricht und die Freude an den Unterrichtsstunden. Das Erlernen in der Schule, das Erfassen des Gegenstandes während des Unterrichtes macht der Mehrzahl der Kinder, und diese Erfahrung gilt sowohl für die niedersten wie für die höchsten Stufen, unendliches Vergnügen; der Verlust von Zeit und das Bewusstsein müssig und unfruchtbar auf der Schulbank verbrachter Stunden verursachen Missvergnügen. Das Missvergnügen wird gesteigert, wenn durch eigene häusliche

Tätigkeit in mühsamer Weise und in Unbeholfenheit dasjenige erungen werden soll, was in der Schule vergeblich versucht wurde. Das Endresultat ist immer, dass mit dem Missmut die Lust an dem Gegenstande und zugleich die Achtung vor dem Lehrer sinkt. Mit diesem ganz allgemein skizzirten Verhältnis ist die Frage der häuslichen Arbeiten, soweit sich dieselben auf die Schule beziehen, entschieden, und es bedarf nur noch der einfachen Nutzanwendung. Jede häusliche Arbeit muss direkt an dasjenige anschliessen, was in dem mündlichen Unterrichte gelehrt worden ist, darf aber nicht darüber hinausgehen, noch auch in ermüdender Wiederholung längst beseitigte und überwundene Gegenstände auffrischen wollen.

Sie werden gütigst entschuldigen, wenn ich mich vielleicht etwas zu weit auf das pädagogische Gebiet wage, aber ich glaube, meine vollendete Überzeugung nicht vorenthalten zu dürfen.

Die Schüler der untersten Stufen sollen eigentlich so unterrichtet werden, dass sie das Gebotene nahezu vollständig in der Schule erfassen; die häuslichen Arbeiten können sich daher auf ein Minimum beschränken; auch ist wohl zu überlegen, dass auf den untersten Stufen das Denkvermögen noch so mangelhaft entwickelt ist, dass Erspriessliches von der Selbstdäigkeit kaum erwartet werden kann; daher ist es gewiss unnütz, Kindern dieser Stufe häusliche Arbeiten aufzugeben, welche am Ende von den ältern Geschwistern oder den Eltern angefertigt werden. Oft sieht man über Stunden ausgedehnte Versuche der Kinder, das ihnen Unmögliche zu leisten, und sehr zum Schaden für ihre Gesundheit, da die Kinder, missmutig, die Essenslust verlieren und durch Überreizung des Gehirns selbst im Schlaf gestört werden. — Je weiter im Unterricht diejenigen Unterrichtsfächer in den Vordergrund treten, welche das Denkvermögen entwickeln, je grösser alsdann auch die Summe dessen wird, was nicht in der Schule bewältigt werden kann, desto mehr wird die Zahl der Gegenstände anwachsen, welche eine Berücksichtigung in der häuslichen Arbeit erheischen. — Ohne auf Einzelheiten hier einzugehen, welche zu direkter Beantwortung pädagogischer Fragen führen würden, für welche ich mich nicht kompetent halte, soll nur ganz allgemein der Grundsatz aufgestellt werden, dass die häuslichen Aufgaben sich in engster Weise dem Unterricht anschliessen, über den von ihnen eröffneten Gesichtskreis des Schülers nicht hinausgehen dürfen. Ganz besonders wichtig ist dies für die Aufsätze, welche an und für sich als Erreger der eigenen Denkkraft des Schülers das beste und vorzüglichste sind.

lichste Bildungsmittel sind, und für die mathematischen Aufgaben. — Es leuchtet ein, dass wir vom hygienischen Standpunkte Präparationen der Schüler vom Vormittag auf den Nachmittagsunterricht (wie dies noch vorkommen soll) verurteilen müssen, weil nichts leichter im stande ist, die ohnedies nicht selten in Hast genommene Mittagsmahlzeit zu einer schwerverdaulichen und so gesundheitsgefährlichen zu gestalten; in gleicher Weise sind auch die freien Nachmittage nicht mit häuslichen Arbeiten zu überbürden, ebensowenig wie die der Ruhe und Erholung zu gönnenden Sonntage. Am besten wird wohl als häusliche Arbeit am Sonntage für die höheren Stufen ein Aufsatz passen.³⁾

Ausser den häuslichen Arbeiten für die Schule kommen noch diejenigen in Betracht, welche durch den Willen der Eltern den Kindern auferlegt werden. Gewiss wird hier von vielen Eltern sehr vielfach und mehr gesündigt als von der Schule. Die Eltern wollen ihre Kinder durch allzu vieles zu ausserordentlich gescheidten Menschen machen, und da kann man es geradezu heraus sagen, dass viele vorzüglich veranlagte und gelehrte Menschen im Leben nicht zu einem günstigen Ziele kommen, weil sie mehr gelernt haben, als sie in ihrem speziellen Berufskreise verwerten können, und weil die Gesamtheit der Erziehung, die Entfaltung des Charakters, die Anlernung von Sitte und Manieren bei dem Arbeitsfleisse rückständig geblieben sind, nicht zu reden von dem unwiederbringlichen Verlust, welchen der Körper erlitten hat durch unzweckmässige und nutzlose allzufrühe geistige Anstrengung. Der Verlust ist also ein doppelter und darum desto gefährlicher; das ganze Leben bleibt ohne Befriedigung für denjenigen, welcher sich später der genannten Mängel bewusst wird und darunter leidet. Gewiss ist es nicht leicht, das richtige Mass zu halten in denjenigen Dingen, welche man den Kindern noch ausserhalb des Schulunterrichts für das Leben mitgeben möchte, und es bedarf der Erfahrung und reiflichen Überlegung, um nicht zu irren. —

Noch auf das Eine möchte ich aufmerksam machen, dass die Eltern bei den Beschäftigungen ihrer Kinder doch wohl auf die Körperhaltung, das normale Sitzen, kurz auf alle diejenigen Momente halten möchten, welche wir schon erwähnt haben; nur wenn dies auch im elterlichen Hause geschieht, kann man sicher sein, dass die Kinder keine körperliche Verunstaltung durch die Arbeit davon tragen. Gerade diese letzte Mahnung ist so überaus wichtig, weil der Vorwurf zutrifft, welcher von den Lehrern dem elterlichen

Hause gemacht wird, dass nämlich hier durch Unkenntnis und Unachtsamkeit alles wieder verdorben wird, was in der Schule durch stete Ermahnung gebessert wird. Kommt es doch nicht selten vor, dass man Kinder in der Abenddämmerung am Fenster in unbeschreiblich fehlerhaften Haltungen sitzen und schreiben sieht. Ganz abgesehen davon, dass solche fehlerhafte Stellungen gefährliche Folgen haben, behindern sie den Zweck der Arbeit, da es ganz unmöglich ist, dass so die Schrift normal ausfalle.⁴⁾

Anmerkung des Herausgebers. Die vorstehende Arbeit des Hrn. Dr. Denz wurde in der Lehrerkonferenz Churwalden vorgetragen, und wir wollten uns die Gelegenheit nicht entgehen lassen, einen Fachmann auch im Jahresbericht zu einem grössern Publikum über diesen äusserst wichtigen Gegenstand sprechen zu lassen. Hoffen wir, dass den trefflichen Worten des Hrn. Dr. Denz allerorten Folge geleistet werde.

Anschliessend bieten wir noch einige einschlägige Stellen aus der neuen Auflage der „**Vorposten der Gesundheitspflege**“ von **Dr. Sonderegger** in St. Gallen. Wir tun dies weniger der Ergänzungen wegen, welche die Arbeit von Hrn. Dr. Denz dadurch etwa erhält, als um die Aufmerksamkeit der bündnerischen Lehrer überhaupt auf das ausgezeichnete Werk Dr. Sondereggers zu lenken. Wir haben nämlich die Überzeugung, dass das gegenwärtige Geschlecht in gesundheitlicher Hinsicht vielfach in einem wahren Sumpfe steckt, und dass es der vereinten Tätigkeit aller Einsichtigen bedarf, es aus demselben zu heben. Vorab haben die Lehrer die Pflicht, in dieser Richtung all' ihre Kraft einzusetzen und durch Beispiel und Lehre im Unterricht, sowie im Verkehr mit den Eltern aufzuklären und zu bessern. Aber wo nichts ist, kann nichts gegeben werden. Der Lehrer muss die Schäden selbst erst genau kennen, der Mängel, denen man in Bezug auf Ernährung, Kleidung, Lüftung, Wohnung etc. auf Schritt und Tritt begegnet, klar bewusst sein und ausserdem wissen, welche Mittel man zu ergreifen hat, um Wandel zu schaffen. Am besten wäre es, wenn das Seminar den Abiturienten auch in dieser Hinsicht das nötige Wissen mitgeben könnte. Das ist jedoch bei den gegenwärtigen Verhältnissen nicht möglich. Ein einigermassen genügender hygienischer Unterricht kann erst erteilt werden, wenn die Stundenzahl eines anderen Faches zu dessen

Gunsten reduziert worden ist. Dass dies in nicht allzu ferner Zeit geschehe, ist unsere bestimmte Hoffnung. Unterdessen darf man aber die Hände nicht in den Schoss legen. Jeder Lehrer muss sich vielmehr bemühen, diese Lücke in seiner Bildung, wie jede andere, durch Privatstudium zu ergänzen. Damit kommen wir auf die „Vorposten der Gesundheitspflege“ zurück. Wir kennen nämlich kein Werk, das sich zum Selbststudium der Hygiene besser eignete als gerade dieses. Strenge Wissenschaftlichkeit und Berücksichtigung der neuesten Forschungen auf allen Gebieten, populäre und äusserst anschauliche Darstellung, rücksichtloses Aufdecken der Fehler, die alle Schichten des Volkes, einige freilich mehr, andere weniger, begehen, warmes, durchaus wohlwollendes Eintreten für diejenigen, welche durch die bittere Not dazu verurteilt sind, eine allen hygienischen Forderungen Hohn sprechende Lebensweise zu führen — alle diese Vorzüge erkennt jeder in den „Vorposten“ auf den ersten Blick und wird von ihnen naturnotwendig gefesselt, und, soweit seine Kräfte reichen, genötigt, die gewonnene Einsicht zur praktischen Tat werden zu lassen. Möchten recht viele Lehrer sich diesem ausgezeichneten Führer und Berater anvertrauen. *)

1) Die Haare zu kämmen und das Gesicht zu waschen kann man auch dem Ärmsten zumuten. Ganz besonders aber muss auf die Reinhaltung der Hände gesehen werden. Es ist erstaunlich, welche Pilzkolonien und Fäulnisreger an schmutzigen Händen haften und im „Schwarzen unter dem Nagel“ oder, wie die Franzosen sagen, im „Trauerrand“ abgelagert werden. Kinder haben nur deswegen so häufig Spulwürmer, weil sie mit schmutzigen Händen und auch mit vom Boden Aufgelesenem zum Munde fahren. „Ein junger Mann, der sich gewaschen hat“, bedeutet bekanntlich immer: ein tüchtiger. Das Sprichwort enthält buchstäbliche Wahrheit.

2) Eine schlecht genährte Armee ist schon zum voraus halb geschlagen und wird es bald ganz sein. Das Sprichwort sagt: „Ein hungriger Mann hat kein Glück“; aber ein hungriges Kind soll Fleiss und Geist und Glück haben! Wenn die bleichen, unge-

*) Die „Vorposten“ von Dr. Sonderegger kosten allerdings 8 Fr., ein für bündnerische Volksschullehrer etwas hoher Preis. Doch sollte das Werk wenigstens von jeder Konferenzbibliothek angeschafft werden.

waschenen Geschöpfe träge vor sich hinstarren, sich kaum aufrütteln lassen, und unleidlich vergesslich sind, nimm es nicht für Schlechtigkeit, Menschenfreund, sondern siehe die Not an; sie kommt öfter vor, als man glaubt, und als würdevolle Landesväter sich gestehen mögen! Der Lehrer kann allerdings nicht offene Tafel halten, aber er kann für arme, verlassene Geschöpfe wenigstens während der harten Jahreszeit eine Mittagssuppe suchen helfen, bald in Familien, bald im Schulhause selber beschaffen. Es gibt ja manche Gemeinden, welche armen und entfernt wohnenden Kindern eine gute Milchsuppe mit Brod, ein rechtschaffenes altmodiges Hafermus, oder eine nahrhafte Maggi im Schulhause verabreichen lassen. „Aber ihr drückt den Kindern damit das Brandmal des Bettlers auf und übt eine recht aristokratische Philanthropie, für welche wir uns bedanken!“ Lassen Sie sich nicht irre machen! Wer aus irgend einem Grunde seine Elternpflichten nicht erfüllen kann, der hat wenigstens zu schweigen, wenn es andere für ihn tun. Dem Verbrecher hat der Staat seinen Anwalt bestellt; sollte ein hungriges Schulkind nicht auch seinen Anwalt finden? Der von Gott bestellte Anwalt der Kinder ist der Lehrer, der Anwalt der Kranken ihr Arzt; wehe beiden, wenn sie ihres Amtes nicht walten!

3) Die *Gesundheitspflege des Gehirns* hat viele Ähnlichkeit mit derjenigen des Magens. Wer gut verdauen und gedeihen soll, dem dürfen wir nicht schlecht ausgewählte und schlecht zubereitete Speisen geben, nicht sehr einförmige und auch keinen Durcheinander, und endlich muss in richtigen Zwischenräumen gegessen und gut gekaut werden. Die Auswahl des Lehrstoffes besorgen überall die Behörden, und diese müssen es ja wissen; die Anordnung aber bleibt Sache des Lehrers. Wenn er es dazu bringt, seinem Zögling ein lebhaftes Interesse, einen gesunden Appetit zu erwecken, so hat er die Verdauung des Stoffes schon halb gewonnen. Wenn man Säuglingen zu viel Milch eingesetzt, erbrechen sie ganz unbefangen den Überfluss, und wenn man Schülern zu viel bietet, „lassen sie es zum andern Ohr wieder hinaus“. Das Erbrechen aber verderbt den Magen und das Vergessen verderbt das Gehirn. Der Arzt hat in diesem Punkte nur eine Forderung an den Lehrer zu stellen, nämlich die, fürzusorgen, dass der Unterricht interessant sei. Je grösser das Interesse, desto stärker das Gedächtnis. Je besser der Unterricht, um so kleiner die Hausaufgaben. Ich habe sehr oft erlebt, dass kleine Knirpse ein halbes

Dutzend Rechnungen (allerdings keine astronomischen) über Mittag mit nach Hause bekommen haben, oder auf den Abend ein Dutzend, und dazu von einem anderen Lehrer noch eine Reinschrift und von einem dritten ein Aufsätzchen. Das Fachlehrersystem bringt, trotz aller Verordnungen und Versicherungen, diese Übelstände häufig mit sich. Das Ende ist die Gehirnermüdung, der Ekel. Der Mann der Anekdote kann seinen Schlingel nicht so stark prügeln, bis er ihm Liebe beigebracht hat, und der Mann der Schule kann seinen Zögling nicht so stark belasten, bis er gescheidet wird. Ich glaube durchaus nicht, dass man nach *Basedow* spielend lehren oder lernen könnte; ich glaube im Gegenteil, dass man nur mit ernster Arbeit das Gehirn gesund erhalten kann; aber diese muss in ihrer Qualität wechseln und darf in ihrer Quantität niemals so gross sein, um zu übermüden.

Dieses Mass ist eben die Schwierigkeit. Körperlich ist einer übermüdet, wenn er durch Essen und Schlafen sich bis zum folgenden Tage nicht wieder erholt, und wenn sein Befinden sich verschlimmert. Hunger, Nachtwachen und Excesse sind die grossen Krankheitsursachen bei Erwachsenen, die sich „zu Tode studirten“, und Mangel an Nahrung, an Schlaf oder an frischer Luft ist's, welcher die Schulkinder bleich und nervös macht; die Wissenschaften sind unschuldig. Die Forderungen der Gehirndiät im engern Sinn auszuführen, ist Aufgabe der pädagogischen Kunst, die sich zu den Wissenschaften verhält wie die Kochkunst zur Lebensmittelkenntnis, wie die Rhetorik zur Grammatik, die Tat zum Grundsatz.

⁴⁾ So wie die Dinge stehen, müssen wir eine Menge von sogenannten Schulkrankheiten als Hauskrankheiten erklären, welche sich in der Schule weiter entwickeln, und einen guten Teil der Vorwürfe an die Eltern zurückschicken.

Ein kleines, noch nicht schulpflichtiges Kind, welches Bilder anschaut oder „schreibt“, setzt sich schief an den Tisch, windet sich, bückt sich, senkt die eine Schulter, steckt das Näschen bis fast auf das Papier und verdreht die Äuglein, welche die hingemalten Hieroglyphen bewundern. Der Mensch tritt mit der Anlage zur schlechten Haltung in die Schule ein. Nachher kommt die Weisheit mancher Schulbehörden, welche, „um Kosten zu sparen“ und um populär zu bleiben, keine ordentlichen Schulbänke und keine gute Schulstube erschwingen können. Unter diesen Vorbedingungen bittet man um gute Haltung und erreicht, was man verdient:

schiefe, vornüber gebeugte, an Blutandrang zum Kopfe und zur Schilddrüse leidende, mit Nasenbluten behaftete und kurzsichtige Kinder. Wir wissen aus massenhaften Untersuchungen, dass die Kurzsichtigkeit sehr oft ganz genau mit der Schulbildung zunimmt, und deshalb bei den Gymnasiasten zur Regel wird. Von diesem alten Klagelied kann hier der erste Vers genügen; die Fortsetzung kennt jedermann: dem richtigen Lehrer graut davor, wie dem Chirurgen vor einem Chloroformtodesfall; beiden sagt man, meistens mit Unrecht, sie hätten das Unglück verhüten sollen. Dessenungeachtet bleibt der Schule eine schwere Verantwortlichkeit. *Hippokrates* hat den Ärzten schon 377 v. Chr. gesagt, ihre Aufgabe sei, nicht schaden! Dieser Rat gilt ebenso den Eltern, Lehrern und Behörden. Uns allen schleudert *Rousseau* den Vorwurf ins Gesicht: „Alles verdirt in der Hand des Menschen.“ Eine gute Schulstube und eine gute Schulbank können die sprichwörtlichen Schulkrankheiten: Kurzsichtigkeit, Buckel und Kropf, verhüten, oft auch mitgebrachte Übel verbessern. Auf einer schlechten Schulbank ist es nicht möglich, gut, aber auf einer guten Schulbank ist es leicht möglich, schlecht zu sitzen. Die Schulbank ist, wie ein Lehrmittel, erst dann gut, wenn sie beharrlich richtig gehandhabt wird. Wir treffen bei ganz gleichen Bänken Schulen mit guter und Schulen mit schlechter Körperhaltung. Hier ist der Lehrer massgebend. Wie der Wille des Schülers die Rückenmuskeln spannt, so muss der Wille des Lehrers den Willen der Schüler spannen; er muss auch hier die Seele der Schule sein. Das ganze Geheimnis steckt in der Beharrlichkeit.

