Zeitschrift: Die neue Schulpraxis
Band: 19 (1949)
Heft: 10

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: 26.11.2025

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

DIE NEUE SCHULPRAXIS

OKTOBER 1949 19. JAHRGANG / 10. HEFT

Inhalt: Gesunde Lebensführung - Dorf und Kirchgemeinde - Der Sprachunterricht, eine Quelle ungetrübter Freude! - Erfahrungsaustausch - Der Einmaleinssee - Das Bild im Schulbuch und seine Auswertung - Neue Bücher

Gesunde Lebensführung

Ein hygienischer Wegweiser Von Adolf Eberli

Mein eigener Körper,
ein mir selbst unbegreifliches Meisterstück
eines allmächtig weisen Meisters,
die edle Gesundheit,
das köstlichste Kleinod des Menschen,
wer sollte sich all dessen nicht freuen,
mehr zu bewahren trachten,
als ganze Kisten voll Gold?
Unsinniger,
der an diesem köstlichen Uhrwerk selbst etwas verhunzt.

Ulrich Bräker, der Arme Mann im Toggenburg, 1735–1798

Unser Unterricht in Menschenkunde und Gesundheitslehre bietet dem Schüler ein Stück Anatomie, Physiologie, Pathologie, und zwar präsentiert sich in unseren Lehrbüchern vielfach eine verwässerte Hochschulwissenschaft, die stereotyp mit den Knochen beginnt und mit den Sinnesorganen aufhört. Man geht bei der Stoffbehandlung von der an sich richtigen Überlegung aus: «Wer eine Maschine meistern will, muss sie zuerst kennenlernen.»
Aber der Mensch ist weit mehr als ein Mechanismus, als ein aus wunderbar zweckmässig gebauten Einzelteilen – Organen – zusammengefügtes Uhrwerk. Bei der üblichen Gliederung des Lehrstoffes besteht die grosse Gefahr, dass man zu theoretisch vorgeht und im rein Materiellen steckenbleibt. Man kommt dann bei der Fülle des Stoffes kaum mehr zu einem eigentlichen Hygieneunterricht, der vom praktischen Leben und nicht vom Lehrbuch ausgeht. Die folgenden Hygiene-Lektionsskizzen sind aus der Erfahrung herausgewachsen und sollen den in den Lehrmitteln gebotenen Lehrstoff ergänzen und vertiefen. Die Betrachtungen gründen sich auf einfache Versuche, Beobachtungen, Erfahrungen, Tatsachen des pulsierenden Lebens. Was wir erklären und begründen, soll dem Schüler Einsichten vermitteln, die ihn befähigen, praktische Lebensregeln selbst aufzufinden.
Die in den Merksätzen zusammengefassten Erkenntnisse haben nicht den

Sinn, auswendig gelernt, sondern logisch erfasst zu werden, so dass das Bewusstsein des Gesetzmässigen im Ablauf unseres körperlichen Geschehens dem Lernenden zu einem hygienischen Gewissen verhilft, das ihn als zuverlässiger Wegweiser durch das Labyrinth von Unwissenheit, Aberglauben, Modetorheiten und Kultursünden geleitet.

1. Das kühlende Wasserbad

Kaum hat die sommerliche Badezeit begonnen, zieht es jung und alt hinaus zum erfrischenden Wasser unserer Flüsse, Ströme und Seen. Dabei ist es lange nicht jedem Badenden klar, worin eigentlich ausser der Reinigung die tiefere Wirkung eines Freibades besteht.

Versuch

Wir stellen ein zylindrisches Gefäss mit Wasser von 37° C in ein Becken mit Wasser von 12° C. Von Zeit zu Zeit messen wir die Wassertemperaturen. Es findet ein Ausgleich statt zwischen dem warmen und kalten Wasser, bis eine Mitteltemperatur erreicht ist.

Der menschliche Körper ist mit einem Ofen zu vergleichen, der durch stilles Verbrennen von Nahrung (Zucker, Fett, Eiweiss) mit Hilfe von Sauerstoff die stets gleichbleibende Körperwärme erzeugt. Je kälter das uns beim Baden umgebende Wasser ist, desto mehr Wärme wird uns entzogen. Bis zu einem gewissen Punkte wirkt diese Abkühlung wohltuend, erfrischend. Vor weiteren, allzu grossen Wärmeverlusten schützt uns die Haut indessen durch Zusammenziehen (Gänsehaut). Diese Reaktion, verbunden mit Zähneklappern, bedeutet das Warnsignal, das Freibad zu beendigen. Denn das Blut bis zu 34° C abzukühlen, würde zum Tode führen. Offensichtlich verliert der Körper im Bade an Kraft und Wärme. Nach dem Bade stellt sich bekanntlich ein Hungergefühl ein. Muskelbewegung erhöht das Erzeugen von Wärme. Schwimmen ist daher ein sehr gesunder Sport (Muskeltätigkeit, Tiefatmen, Herzregulierung, Abhärtung). Schwimmen, Tauchen und Wasserspringen machen den Körper geschmeidig und gewandt. Das verlorene Hautfett kann man durch Einreiben eines Hautöls wieder ersetzen.
Als Ersatz für Vollbäder leisten Teilbäder gute Dienste. Auf Bergwanderungen wirken ganz kurze Fussbäder in Wildbächen, Gletscherwassern ausserordentlich wohltuend und konservierend für die Füsse.
Durch tägliches kaltes Abwaschen unseres Körpers erhöhen wir die Zahl der roten Blutkörperchen.

Merksätze

1. Richte die Badedauer nach deinem Befinden und nach der Temperatur von Luft und Wasser!
2. Stürze dich nicht schweissgebadet ins kalte Wasser!
3. Bade nicht mit leerem, aber auch nicht mit vollem Magen!
4. Bewege dich ständig im Wasser (schwimmen)!
5. Wer ein durchlöchertes Trommelfell besitzt (von Mittelohrentzündung her), schliesse den betreffenden Gehörgang mit einem ölgetränkten Wattebausch.
6. Nach dem Bade den Körper frottieren, massieren. Ein kurzer Marsch, um die Blutzirkulation zu beleben. Eine Weile ruhen, liegen, dann essen.
7. Man bedenke, dass lange Süsswasserbäder, im Gegensatz zu Meerbädern, eher schwächen als stärken. (Meerwasser ist gehaltvoll, Seewasser laugt aus.)

2. Das stärkende Luftbad

Wir sind geschaffen, so in der Luft
zu leben, wie der Fisch im Wasser (Rickll).

Beobachtungen

Berührt man mit einem Körperteil eine kalte Glasscheibe, so läuft sie an wie beim Anhauchen mit Atemluft. Auch die Haut atmet!
Nimmt ein Entkleideter ein Fieberthermometer in die Mundhöhle, so steigt die Quecksilbersäule. Vermehrte Hautatmung erhöht die Verbrennung, ähnlich wie eine geöffnete Regulierklappe dem Ofen mehr Zug verschafft. Im Sommer trägt man wenig Kleider, dazu aus dünnen, luftdurchlässigen Stoffen. Eingeborene in den Tropen leben fast nackt.

Wir Menschen hausen am Grunde eines Luftmeeres (Atmosphäre). Im nackten Zustande strahlen wir in die uns umgebende kühlere Luft Wärme aus. Je tiefer die Lufttemperatur, um so gründlicher kühlen wir uns ab. Da im allgemeinen die Luftwärme im Sommer höher steht als die Wasserwärme, darf und soll ein Luftbad länger dauern als ein Wasserbad. Im Luftbad, nur spärlich bekleidet, an einem schattigen Ort, schickt der Körper einen erhöhten Blutstrom nach der Hautzone, um die normale Wärme aufrechtzuerhalten. Die Stoffwechselgifte werden rascher entfernt als sonst. Die Ableitung des Blutes von den innern Organen wirkt entlastend.
Das Luftbad stärkt die Nerven und härtet ab. Man wird, wie die Naturmenschen (Urzeit!), weniger empfindlich gegen Witterungseinflüsse. Luftbäder kann man ausser im Freien (Strandbäder, Kuranstalten) auch im Schlafzimmer nehmen, bei geöffnetem Fenster, beim Zubettegehen und Aufstehen.

Merksätze

1. Auch im Luftbade soll man sich ständig bewegen, turnen, spielen, springen.
2. Viele Menschen verbinden das Luftbad mit der gesunden Garten- und Landarbeit, wobei sie den Oberkörper entblössen.
3. Nach dem Luftbad den Körper massieren, anschliessend tüchtig marschieren bis zur völligen Wiedererwärmung.
4. Das Barfussgehen der Kinder ist gesund, dient der Abhärtung und sollte nicht der Eitelkeit geopfert werden (Mädchen).

3. Das heilsame Sonnenbad

Wo die Sonne hinkommt,
kommt der Arzt nicht hin (Sprichwort).

Das Licht ist die eigentliche Quelle alles irdischen Lebens. «Alle Wesen leben vom Licht, die Pflanze selbst kehrt freudig sich zum Lichte» (Schiller). Alles Wachstum steht unter dem Einfluss des Sonnenlichtes. Nur bei Sonnenbestrahlung bilden sich das Blattgrün und der Blutfarbstoff.

Beobachtungen

Bedeckt man ein Rasenstück, verlieren die Gräser ihre grüne Farbe. Die Kartoffelkeime im dunkeln Keller wachsen in der Richtung der Fensteröffnung. Blumen richten ihre Köpfe der Sonne zu (Sonnenblume). Tiere liegen gern an sonnigen Plätzchen. Verletztes Wild lässt eine Wunde von der Sonne bestrahlen. Die Menschen wohnen am liebsten in Südzimmern, Kranke suchen den Süden auf.

Die Sonne tötet Krankheitskeime auf der Haut, Tuberkelbazillen schon nach zwei Stunden. Im Sonnenbad wird die Haut pigmentiert (gebräunt) und damit weitgehend unempfindlich gegen gewisse Hautkrankheiten. Die lang- und kurzwelligen Sonnenstrahlen erweitern die in der Lederhaut befindlichen kleinen Arterien und die noch feineren Kapillaren. Diese Haargefässe bilden eine Art «äusseres Herz», das den allgemeinen Kreislauf günstig beeinflusst und

eine Entlastung der Brust- und Bauchorgane bewirkt. Das Sonnenbad belebt das Nervensystem, das dichte Netz der Nervenendungen überträgt die Wirkung auf die Nervenzentren. Der erhöhte Schweissabgang (über 1 Liter im Tag) erleichtert die Arbeit der Nieren. Die Entstehung des Vitamins D, für den Mineralstoffwechsel und den Knochenaufbau unentbehrlich, ist im Kindesalter besonders wichtig. Unser Schweizer Sonnendoktor Rollier in Leysin (1450 m ü. M.) heilte durch systematische Sonnenkuren eine Menge von kranken Kindern. 1910 gründete er die «Schule an der Sonne» in Cergnat bei Leysin für schwächliche und tuberkulös gefährdete Kinder (Freiluftschulen, Waldschulen).
Statt die Leute mit Warnungen vor den Gefahren übertriebener Sonnenbestrahlung kopfscheu zu machen, täte man besser, das Volk anzuleiten, wie die Sonnenbäder richtig durchzuführen sind. Grossstädte sowie Kuranstalten besitzen Luft- und Sonnenbadanlagen. Das Sonnenbad lässt sich vorteilhaft mit dem Wasser- und Luftbade verbinden.

Merksätze

1. Die Dauer der Sonnenbäder ist langsam zu steigern, allenfalls beginne man mit Teilbädern.
2. Den Körper im Liegen in regelmässigen Zeitabständen drehen, je nach dem Stand der Sonne.
3. Den Kopf vor direkter Bestrahlung schützen.
4. Nach dem Sonnenbad den Schweiss mit lauwarmem Wasser abwaschen oder duschen, Abkühlung im Schatten suchen.
5. Das Sonnenbad nicht zum Sport herabwürdigen, es nicht aus Eitelkeit oder Rekordsucht betreiben.
6. Unvernünftiges, zu langes Sonnenbaden schadet mehr als es nützt (Nervenaufregung, Fieberzustände, Hautverbrennungen, Sonnenstich, Todesfälle).

4. Zahnpflege von innen und aussen

Die beste Waffe gegen die Zahnfäule
ist der naturgewollte Gebrauch der Zähne (Dr. Bayard).

Gesunde Zähne bilden nicht nur eine Zierde des menschlichen Antlitzes, sondern auch die Grundlage für eine gesunde Ernährung. Nur wer ganze Zähne hat, kann gründlich kauen und damit dem Magen und Darm den notwendigen Zubringerdienst leisten. Umgekehrt heisst es: Kranke Zähne – kranker Magen – kranker Darm – schlechtes Blut – ungesunder Körper.
Die Zahnfäule (Karies) ist in der Schweiz zu einer Volksseuche geworden. Nur wenige Schulkinder besitzen heute noch ein vollständig intaktes Gebiss. Daher die massenhafte Gründung von Schulzahnkliniken im Lande herum.
Der Kampf gegen den Zahnzerfall bei gross und klein muss von zwei Seiten her aufgenommen werden. Der innere Weg geht über die Ernährung. Ein Teil unserer Nahrung sollte so beschaffen sein, dass eine kräftige Verarbeitung notwendig ist. Dadurch werden die Zähne im Kiefer fester verankert und besser gereinigt. Das tägliche Brot kann diese Bedingung am besten erfüllen. Das Vollbrot ist dem Weissbrot unbedingt vorzuziehen, weil es mehr Stoffe für die Zahnbildung enthält (Kalk). Von grösster Wichtigkeit aber ist ein hartes, trockenes Brot, das nicht frisch, sondern altbacken oder geröstet gegessen wird (hartes Roggenbrot in den Alpentälern). Frisches, weiches Weissmehl-

gebäck ist ungesund und wirkt sich verhängnisvoll aus, abgesehen vom Luxus, der damit verbunden ist.
Frisches und gedörrtes Obst, rohe Salate von Wurzelgemüsen, Nüsse erhalten die Zähne gesund. Nicht zu empfehlen ist der Genuss von viel Teigwaren, Breien, Süssigkeiten und Fleischwaren.
Die Einsicht, wie notwendig es ist, die Zähne täglich mit der Zahnbürste zu reinigen, darf man heute wohl voraussetzen. Als Zahnputzmittel kommt Schlemmkreide, eine Zahnpasta oder – nach den neuesten Forschungsergebnissen – namentlich eine Kochsalzlösung in Frage. Eine solche erzeugt auch als Mundwasser eine besonders günstige Wirkung. Ein gutes Mundwasser ist ferner Wasserstoffsuperoxyd (ein Kaffeelöffel auf ein Glas Wasser). Viele von der Reklame angepriesene Mundwasser und Zahnpasten sind viel zu teuer.

Merksätze

1. Gut gekaut, ist halb verdaut.
2. Iss abwechslungsreiche Kost, die genügend Vitamine und Mineralstoffe (z. B. Kalk, Phosphor) enthält!
3. Scheue dich nicht, ungekochte Speisen gründlich zu zerkleinern; iss langsam!
4. Iss und trinke nicht Heisses und Kaltes rasch nacheinander!
5. Nicht mit metallenen Esswerkzeugen zwischen den Zähnen herumstochern.
6. Nicht ständig Zuckerwaren, Schokolade schlecken. (Kaugummi ist unappetitlich.)

5. Lebensfrische Nahrung

Die Nahrung ist die Beherrscherin
des Lebens und der Gesundheit (Dr. Bircher-Benner).

Indem ich auf meinen Aufsatz «Die Ernährung» im Novemberheft 1934 der Neuen Schulpraxis verweise, beschränke ich mich auf einige wichtige Ergebnisse neuerer wissenschaftlicher Forschungen. Die Nahrung dient einem dreifachen Zweck: dem Aufbau des Organismus, dem Ersatz verbrauchter Körperzellen, der Wärmebildung und Kraftleistung.

Beobachtungen

Wir empfinden im natürlichen Hungergefühl das Bedürfnis, Nahrung einzunehmen.
Mangel an Nahrung hat zur Folge (Kinder in Kriegsländern!): Hungerqualen, Schwächezustände, Wachstumsstillstand, Tuberkuloseerkrankung, Tod. Zuviel Nahrungsaufnahme führt zu Schwerfälligkeit, Fettleibigkeit, Stoffwechselkrankheiten aller Art, vorzeitigem Tod.

Das Heil liegt also im «goldenen Mittelweg». Ein noch wenig bekanntes Lebensgesetz heisst: «Die Nahrung soll gerade den Bedarf decken. Was darüber ist, bewirkt Ungesundheit.
Der amerikanische Naturforscher Vischer prüfte dieses Problem an 144 neugeborenen weiblichen Mäusen. Die Hälfte von ihnen liess er aus dem vollen schöpfen und nach Herzenslust fressen, der andern Hälfte teilte er nur zwei Drittel jener Nahrungsmenge zu.
Diese «hungrigen» Mäuse blieben zwar kleiner als die andern, sie waren dafür aber aktiver, kühner, weniger krank und lebten länger. Sie hatten auch weniger Junge als die wohlgenährten; wenn sie aber in einem Alter, in dem jene bereits unfruchtbar geworden waren, reichlich zu fressen erhielten, begannen sie sich rascher zu vermehren, als die wohlgenährten es je getan hatten.

Wie wenig dieses Ökonomiegesetz der Mässigkeit im Essen befolgt wird, beweist die Feststellung der Eidg. Kriegsernährungskommission, dass der Vorkriegsverbrauch an Nahrung, in Kalorien gemessen, ziemlich genau um die Hälfte grösser war als der physiologische Bedarf.
Die Kriegszeit mit ihrer notwendigen Rationierung von Lebensmitteln verbes-

serte in der Schweiz die Volksgesundheit: weniger Todesfälle an Tuberkulose, weniger Verdauungskrankheiten und Blinddarmentzündungen, Abnahme der Zahnerkrankungen. Schon der Arztpionier Bircher-Benner hat nachdrücklich auf den Sonnenlichtwert und den Lebensfrischwert unserer Nahrung hingewiesen und z. B. verlangt, dass man an den Anfang der Mahlzeiten frische Früchte stelle. Diese revolutionäre Forderung, die den Dessertapfel vom letzten in den ersten Rang befördert und die auch die komplizierte Vitaminfrage auf einfache Art löst, ist inzwischen sehr lehrreich wissenschaftlich begründet worden.

Nach jeder gekochten Mahlzeit kann man die sog. Verdauungsleukozytose, die Überschwemmung des Verdauungsapparates mit weissen Blutkörperchen, feststellen. Sie erfolgt anscheinend über das unwillkürliche Nervensystem als eine Art Mobilisationsbefehl, ausgelöst vom Munde her, sobald das Kauen und Schlucken beginnt. Sammelplatz der Truppen ist die Darmwand. Nun zeigte sich bei Versuchen die erstaunliche Tatsache, dass bei Mahlzeiten, die mit lebensfrischen Speisen oder Säften beginnen, diese typische Abwehrreaktion des Organismus unterbleibt, auch dann, wenn erhitzte Kost nachfolgt. Dafür ergeht an die Geburtsstätte der Leukozyten der Befehl, neue weisse Blutkörperchen zu produzieren. Statt dass vorhandene Abwehrkraft gebunden und verbraucht wird, entsteht also neue Abwehrbereitschaft.

Bei der am Hergebrachten hangenden Einstellung zu den Essgewohnheiten wird es noch lange dauern, bis diese neue Erkenntnis durchdringt und die Schweizer Hotels ihren Gästen an der Spitze des Menus einen Tafelapfel präsentieren!

Merksätze

1. An den Anfang jeder Mahlzeit gehört etwas Frisches, Rohes (Früchte, Salate).
2. Natürliche Nahrung ist gesundheitlich wertvoller als künstliche, gekochte, konservierte, denaturierte.
3. Iss viel Obst, Gemüse, Kartoffeln, wenig Fleisch!
4. Reiche Abwechslung treffen in der Speisenwahl! Gewöhne dich von Jugend auf an kochsalz- und gewürzarme Kost (Küchen- und Gewürzkräuter verwenden)!
5. Als Zwischenmahlzeiten, Pausenznüni, Reiseproviant eignen sich Frischobst, Dörrobst, Nüsse. Saftige Früchte werden in Blechschachteln im Rucksack getragen.
6. Ebenso wichtig wie regelmässige Mahlzeiten sind regelmässige Darmentleerungen.
7. Ständiges Schlecken verdirbt den Appetit!

6. Was sollen wir trinken?

Wer trinkt ohne Durst,
und isst ohne Hunger,
der stirbt um so junger (altes Sprichwort).

Erfahrungen, Tatsachen

Ohne die Aufnahme von Flüssigkeiten kann ein Mensch nicht lange leben. Durst quält mehr als Hunger, er ist ein Zwang.

Wüstenreisende verdursten, wenn sie kein Trinkwasser finden. Meerschiffe nehmen Süsswasser an Bord. Sog. Hungerkünstler halten es wochenlang aus ohne feste Nahrung, aber nicht ohne genügende Flüssigkeitszufuhr. Der Mensch besteht bei der Geburt aus 69 % Wasser, im 20. Jahre noch aus 62 %, mit 70 Jahren sind es noch 52 %. Wasser ist hauptsächlich enthalten in Blut, Lymphe, Zellsaft, Drüsen, Hirnflüssigkeit.
Ausgeschieden wird Wasser in der Form von Schweiss, Verdauungssäften, Harn und Wasserdampf (Atemluft, Haut). Man scheidet täglich bis 3 Liter Wasser aus, in den Tropen das Vielfache.

Wie sollen wir diesen ständigen Verlust an Flüssigkeit wettmachen? Es gibt

viele, fast allzuviele Möglichkeiten des Durststillens. Die meisten Menschen betreiben das Trinken als eine Art Sport.
Wie erfrischend wirkt ein Schluck Quellwasser auf einer heissen Bergwanderung. Immerhin macht fortwährendes Wassertrinken auf Märschen müde und schlapp. Beim Durstgefühl ist neben dem Wasser- auch ein gewisser Salzmangel im Spiel. Blosse Wasserzufuhr genügt dem Schwitzenden nicht (wer ist heute noch mit «blossem Wasser» zufrieden?), es müsste eigentlich Salzwasser sein, das dem Salzgehalt unseres Zellgewebes entspricht (etwa 1%ig). Mineralwasser enthalten aufgelöste Erdstoffe und natürliche Kohlensäure; manche wirken heilsam bei Krankheitszuständen (Reichtum der Schweiz an Bädern und Mineralquellen). Nicht besser als reines Wasser, aber viel zu teuer bezahlt, sind die vielen Kunstgetränke aus Trinkwasser und Chemikalien (Fabrikzucker, Aroma- und Farbstoffe), mit Kohlensäure angereichert. Der Inhalt einer Flasche solcher farbiger Wässerlein ist nicht mehr als ein paar Rappen wert. Schnell stillt den Durst heisses Wasser mit frisch gepresstem Zitronensaft. Von den Völkern des Ostens könnten wir lernen, heisse Getränke, besonders Tee (von unsern Teepflanzen) in kleinen Schlücken zu geniessen. Das Universalgetränk für Jugendliche ist die Milch. Sie bedarf jedoch des Erhitzens (Pasteurisierens), um schädliche Bakterien abzutöten. Kühle Milch erlabt im Sommer ausgezeichnet (Milchzucker, Fett, Eiweiss). Magermilch, besonders in geronnener Form als Sauermilch genommen, verbessert die Darmflora, ähnlich wie der Yoghurt (wohltätige Wirkung des Milchsäurebazillus). Heisse Milch löst am besten konzentrierte Zusätze wie Honig, Kraftnährmittel und stärkt Schwächliche. Frische Buttermilch schmeckt herrlich bei Durst. Nach strengen Wanderungen werden grosse Wasserverluste bei Schulklassen rasch ersetzt durch Milchkaffee und warme Suppen.
Ideale Durstlöscher besitzen wir in unseren herrlichen Fruchtsäften, vor allem im Süssmost. Er enthält reinstes Wasser, aber auch die wertvollen Nährstoffe des frischen Obstes. Fruchtzucker bedeutet für unsere Muskeln etwa, was das Benzin für den Motor, nämlich Betriebsstoff. Die von unseren Mostereien hergestellten Obstsäfte sind vollwertige Fruchtsaftkonserven mit natürlichen Aromastoffen. Bei starkem Durstgefühl verdünne man den nahrhaften Obstsaft bis fast zur Hälfte mit kaltem Wasser. Auf Bergwanderungen ist das Mischen von wenig Obstkonzentrat (Apfel- oder Birnendicksaft) mit viel Quellwasser bei der «Abtränkung» einer durstigen Klasse sehr vorteilhaft.
Als Edelprodukt unseres Rebbaues verdient der sterilisierte Traubensaft mit seiner aufgestapelten Sonnenkraft und seinem reichen Zuckergehalt unsern Zuspruch bei festlichen Anlässen, bei Fiebererkrankungen und als Stärkungsmittel bei Schwächezuständen (Traubensaft in Spitälern).

Merksätze

1. Gewöhne dir an, nicht ohne Bedürfnis zu trinken!
2. Mache aus dem Durstlöschen keinen kostspieligen Sport!
3. Gutes Trinkwasser soll klar, kühl, geruch- und geschmacklos sein.
4. Warnung vor abgestandenem Trinkwasser aus Gräben, Tümpeln, Weihern (Gefahr von Magen- und Darmstörungen, Vergiftungen, Typhus).
5. Bevorzuge als Getränk in Gasthäusern unsere einheimischen Produkte!
6. Alle Getränke, besonders die kalten, sind langsam zu trinken, im Munde vorzuwärmen (Erkältungsgefahr!)

7. Der Alkohol – ein Narkotikum

Der Alkohol ist der vollendete
Typus der Nervengifte (Claude Bernard, 1813–1878).

Die drei Stadien der Alkoholwirkung

Das erste Stadium ist das der Enthemmung, des allmählichen Nachlassens der vom Grosshirn auf den Hirnstamm und das Rückenmark ausgeübten hemmenden Kontrollwirkung. Es ist gleichsam ein Lockern, ein Loslassen der Zügel. Äusserlich bietet sich das Bild einer Erregung. Die Stimmung schlägt um in Euphorie, d. h. einen Zustand des Wohlseins, der Gemütlichkeit, der Selbstzufriedenheit. Der Trinkende wird redselig, mitteilungsbedürftig, die Stimme wird lauter, die Geste kräftiger. Die Reaktionszeit, die vorübergehend etwas verkürzt war, verlängert sich bald. Die Dauer dieses Stadiums beträgt 2–3 Stunden.

Das zweite Stadium, bei steigendem Alkoholgehalt des Blutes, ist die eigentliche Trunkenheit, ein Zustand beginnender Geistesverwirrung. Die körperlichen und nervösen Funktionen weisen bereits deutliche Lähmungserscheinungen auf. Unsere Sinneswerkzeuge und Muskelbewegungen arbeiten nicht mehr gut zusammen, und es kommt zu ungeschickten Handlungen. Das Aussprechen schwieriger Wörter fällt schwer; es treten Gleichgewichtsstörungen, Sinnestäuschungen, Doppelsehen auf. Das Denken entbehrt der Logik. Im Angeheitertsein triebartig unbeherrschte Handlungen. Oft sozial gefährliche Reizbarkeit.

Das dritte Stadium ist dasjenige des schweren Rausches. Lähmungserscheinungen des gesamten Nervensystems und allmähliches Auslöschen des Bewusstseins. Schwerste Koordinationsstörungen. Muskelschlaffheit und unüberwindliche Schlafsucht. Beim Weitertrinken Lähmung des Atemzentrums im verlängerten Mark und damit Tod durch Ersticken.

Tatsachen und Zahlen

«In unserem Land, und wahrscheinlich in den meisten Ländern der gemässigten Zone, ist der Alkoholismus die wichtigste Krankheits- und Todesursache» (Prof. Roch, Genf). Die Schweiz gehört zu den Ländern mit dem höchsten Alkoholverbrauch. Umsatz für alkoholische Getränke im Durchschnitt der Jahre 1945 und 1946 = 820 Millionen Franken. Auch wenn seither die Weinpreise gesunken sind, dürfte der genannte Ausgabenposten im schweizerischen Volkshaushalt noch immer an die 700 Millionen Franken betragen, das Dreifache der Ausgabe für Brot, das Doppelte der für Milch oder der Kosten für das Schulwesen, und nur etwa 100 Millionen Franken weniger, als was das grosse nationale Werk der AHV kostet, wenn es voll in Wirksamkeit tritt. Die jährlichen Belastungen des Alkoholkonsums durch Steuern betragen je Kopf der Bevölkerung in der Schweiz 17 Franken, in den USA 70, in England 125 und in Schweden 80 Franken. Dabei fliessen in der Schweiz nur 9 % (in Schweden 70 % und in England 43 %) der Ausgaben für alkoholische Getränke in Form besonderer Steuern in die Staatskasse.

Eine Getränkesteuer wäre somit bei uns durchaus gerechtfertigt vom fiskalpolitischen Standpunkte aus, aber auch und besonders aus hygienischen und soziologischen Gründen.

Der übermässige Alkoholgenuss brachte uns über 50000 Alkoholkranke, etwa 3 kriegsstarke Divisionen, dazu Lasten für Armenanstalten, Krankenhäuser,

Zuchthäuser. Unter den in die medizinische Universitätsklinik Zürich aufgenommenen Männern hatten fast 50 % deutliche, 25–30 % sogar ausgesprochen schwere Alkoholschäden an ihren innern Organen. Jeder vierte Mann, der in eine kantonale Heil- und Pflegeanstalt aufgenommen wird, muss wegen chronischem Alkoholismus interniert werden. 300–350 Schweizer Bürger sind dauernd in Trinkerheilstätten interniert. Bei einem Zehntel aller Verbrecher spielte der Alkohol eine wesentliche Rolle.
Nach neuesten Berechnungen der Eidg. Alkoholverwaltung ist der Branntweinverbrauch von 2,21 Litern im Jahre 1939/40 auf 3,05 Liter im Jahre 1945/46 gestiegen (Zunahme etwa 40 %). Man spricht daher nicht umsonst von einer dritten Schnapswelle (vermehrter Spirituosenkonsum in Bars, Dancings und Ausbreitung der Hausbarmode).
Während bei einigen unentbehrlichen Nahrungsmitteln in der Kriegszeit Preisaufschläge bis zu 100 % eintraten, beträgt die Preiserhöhung beim Bier kaum 20 %. Dies zum Teil deshalb, weil der Bund auf jährlich etwa 12 Millionen Franken Biersteuer verzichtet; man kann dafür ja einfach die Ersparnisse des Volkes und seinen Lebensbedarf stärker besteuern!
Zahlen besitzen eine eigenartige Leuchtkraft. Sie sollten in den Dienst einer objektiven Aufklärung des Volkes gestellt werden. Prof. Dr. Roch sagt am Ende seiner Arbeit über «Alkohol und Krankheit»: «Man wird hauptsächlich durch die Belehrung und die Erziehung unserer im allgemeinen intelligenten, arbeitsamen und gutgesinnten Bevölkerung dazukommen, in der Schweiz das Übel des Alkoholismus auszurotten.» Diese Aufklärungsarbeit hat jedoch schon in der Schule zu beginnen im Sinne des Nüchternheitsunterrichtes, wie er seit Jahrzehnten vom Schweiz. Verein abstinenter Lehrer und Lehrerinnen mit Erfolg propagiert wird.
Wenn von höchster Stelle herab Subventionen zu Gunsten eines vermehrten Alkoholabsatzes gewährt werden (Weissweinverbilligung), widerspricht dies dem gesunden Volksempfinden und schädigt die Volkswohlfahrt; die Branntweinpropaganda aus öffentlichen Mitteln verstösst überdies gegen Artikel 32 bis der Bundesverfassung.

8. Was gegen das Rauchen spricht

Weniger bekannte Tatsachen

Tabakrauch enthält Teerbestandteile, Kohlenoxyd und Nikotin. Nikotin in reiner Form ist ein Nervengift von der Stärke des Zyankaliums. Ein Tropfen Nikotin, vor den Schnabel eines Vogels gehalten, tötet das Tierchen auf der Stelle. Zwei Tropfen auf der Zunge eines Hundes führen nach 30 Sekunden seinen Tod herbei, 8 Tropfen töten ein Pferd. 0,06 g reines Nikotin unter die Haut gespritzt, wirken beim Menschen tödlich.
Zigaretten enthalten etwa 1–2 % Nikotin, Zigarren bis zu 7 %. Die Leber hält das Gift zurück. Das Ausscheiden erfolgt im Harn durch die Nieren. Auch im Speichel, Schweiss und mit der Muttermilch wird Nikotin ausgeschieden. Gegessen, würde eine Zigarre zum Tode führen. Tabakkauen ist gefährlich und ebenso unästhetisch wie das altmodische Schnupfen. Beim Rauchen gelangt nur ein kleiner Teil des Nikotingehaltes ins Blut. Je jünger der Körper, desto gefährlicher sind die Auswirkungen des Giftes. Säuglinge können bei Aufenthalt in Tabakrauch schwer erkranken.
Jedermann kennt die Wirkung der ersten Zigarre: Das Blut wird aus der Haut

getrieben. Der angehende Raucher wird auffallend blass. Die Hauttemperatur sinkt. Schleimabsondernde Drüsen stellen ihre Tätigkeit ein, so dass der Vergiftete Trockenheit im Halse verspürt. Die Nerven, die die Tätigkeit der Eingeweide regeln, arbeiten ungeordnet. Der Raucher klagt über Blähungen, hat Durchfall und erbricht sich. Das Herz schlägt zuerst rascher, dann langsamer und zuletzt ganz unregelmässig. Ohnmachten sind häufig. Auch wenn sich der Körper langsam an wiederholte Nikotinvergiftungen gewöhnt, machen sich doch mit der Zeit Schädigungen des Herzens und des Blutgefässystems geltend. Weitere Nachteile sind Geschmacksabstumpfung, Arterienverkrampfung, frühes Altern, plötzlicher Tod, bei Frauen Unfruchtbarkeit. Wissenschaftliche Versuche an amerikanischen Studenten ergaben, dass bei Rauchern das Wachstum des Brustkorbes um volle 22 %, die Lungendehnbarkeit um ganze 44 % hinter denen der Nichtraucher zurückblieben.
Heute werden in der Schweiz jährlich geraucht: über eine halbe Milliarde Stumpen und Zigarren, etwa 3 Milliarden Zigaretten und etwa 250 Eisenbahnwagen voll Pfeifentabak. Der Geldwert beträgt 290 Millionen Franken. Man berechne den Durchschnittsverbrauch und stelle die Kosten für den einzelnen Raucher fest! Neben den finanziellen Konsequenzen kommen auch moralische Bedenken in Betracht. Ist es nicht gefährlich, zu einem so einfachen Mittel zu greifen, wie der Tabak eines ist, um sich zu zerstreuen, abzulenken, auf billige Art von Hemmungen zu befreien? Viele Verbrecher rauchen vor der Tat eine Zigarette.
Nur zu oft wird es dem Raucher nicht bewusst, dass er Nichtraucher belästigt und eine Rücksichtslosigkeit begeht. Auch darf die Gefahr, im unvorsichtigen Umgang mit Rauchwaren Brände zu erzeugen, nicht gering eingeschätzt werden (Brandausbrüche in Wohnhäusern, Scheunen, Warenlagern, Wäldern und auf Schiffen). Im zweiten Weltkrieg hat die Sucht nach Nikotin, eng verbündet mit dem Alkoholismus, unter den Armeen wie im Hinterlande ungeheure Schäden angerichtet und viel zum Niedergang der Moral beigetragen (Tabak als Tausch- und Zahlungsmittel an Stelle von Geld).

Merksätze

1. Fang lieber nicht zu rauchen an, dann brauchst du dir später im Krankheitsfalle die Rauchsucht nicht erst abzugewöhnen!
2. Im Entwicklungsalter (bis zum 16. Altersjahr) sollte unbedingt nicht geraucht werden.
3. Alle Jugendveranstaltungen, wie Schulreisen, Wanderungen, Ausflüge, Feste und Feiern sind grundsätzlich alkohol- und nikotinfrei durchzuführen.
4. Die Abgabe von Rauchwaren an Jugendliche sollte gesetzlich verboten werden.
5. Automaten dürften kein Rauchzeug führen.
6. Das durch Nichtrauchen ersparte Geld verwende man für Reisen, wertvolle Bücher und zur Weiterbildung.

9. Sport als Gesundheitsfaktor

Ein schwacher Körper befiehlt,
ein starker Körper gehorcht (General Guisan).

Wohlverstandene sportliche Betätigung kann das Leben wahrhaft bereichern, indem sie dem Menschen das beglückende Gefühl körperlicher Gesundheit und Spannkraft verleiht; darüber hinaus beschenkt sie ihn durch Kräftigung des Lebenswillens, Zunahme der Lebensfreude, des Widerstandswillens, durch

Ausdauer in der Anstrengung, Freude an der Überwindung von Hindernissen (Schohaus).
An die Spitze stellen wir den uralten und nie veraltenden Wandersport, der für jedes Lebensalter einen Gesundbrunnen bedeutet. Durch rhythmische Marschbewegungen wird das Herz gestärkt, die Lunge bis zu den Spitzen durchlüftet (Atemübungen in reiner Luft), das Blut pulst freier durch die Adern. Wohlige körperliche Ermüdung sichert einen gesunden, erquickenden Nachtschlaf. Für uns Schweizer kommt dazu, dass sich uns auf Wanderwegen die einzigartigen Schönheiten unserer Heimat am besten erschliessen. Schulausflüge, aber auch Familienwanderungen mit Übernachten in Zelten oder Jugendherbergen bedeuten Höhepunkte im Kinderleben. Als normale tägliche Marschleistung für 12–13jährige gelten 20 km; das mitgetragene Gepäck soll 6 kg nicht übersteigen. Schon bei einem Spaziergang (4,8 km in der Stunde) steigt die Verbrennung im Körper auf das Doppelte, bei rascherem Gehen (5,4 km) auf das Dreifache, beim Laufen (17 km) auf das Fünffache. Mit der höheren Leistung eines Muskels wächst dessen Bedarf an Brennstoff und Sauerstoff. Die beschleunigte Herztätigkeit und Atmung dienen auch der schnelleren Ausscheidung der Kohlensäure. Die günstige Wirkung des Wanderns beschränkt sich aber nicht nur auf Muskeln, Herz und Lungen, sondern regt vor allem Geist und Gemüt an (Singen froher Wander- und Marschlieder).
Der nationale Sport des Schweizers war von jeher das Bergsteigen mit seinen gesteigerten Anforderungen. Beträgt die Atemtiefe beim Liegen = 1, so beim Sitzen = 1,3, beim Gehen = 1,9, beim Rennen = 2,5, beim Schwimmen = 3, beim Bergsteigen = 4. Für seine körperliche Anstrengung findet der Tourist idealen Entgelt im reinen Naturgenuss: Einblicke ins Pflanzen- und Tierleben, Ausblicke von Bergeshöhen, Kennenlernen fremder Landschaften, Kontakt mit Bergleuten.
Ein beliebter, fast alltäglicher Sport der Jugendlichen ist das Radfahren geworden. Bei massvollem Tun ist das Radeln eine gesunde Körperübung. Die Gefahr der Überanstrengung ist jedoch gross (Rekordsucht). Die Jugendabteilung des Schweiz. Radfahrer- und Motorfahrerbundes pflegt ein gesundheitlich einwandfreies Wanderfahren.
Das so beliebte Fussballspiel der Knaben nimmt ihr Sinnen und Denken derart stark in Beschlag, dass die übrigen Aufgaben des Lebens (Schulaufgaben, Familienpflichten, Berufsarbeit) in den Hintergrund gedrängt werden. Als Erholungsspiel in Schulpausen eignet sich der Fussball jedenfalls nicht, weil sich die Schüler zu stark ausgeben. Man verweise ihn auf bestimmte Zeiten und Plätze, wo unter Aufsicht gespielt werden kann.
Skilauf, Eislauf, Schlitteln sind wundervolle Gelegenheiten, im sonnenarmen Winter von frischer Luft zu profitieren und einen notwendigen Ausgleich zu schaffen zum Aufenthalt in Schulstuben und Wohnräumen (Schülerskikurse, Jugendlager und 3. Turnstunde).
Die Leichtathletik erfreut sich bei der jüngeren Generation steigender Beliebtheit und kann bei diszipliniertem Training viele gute Kräfte entwickeln (Schulendprüfungen der Knaben im Turnen).

Merksprüche

1. Übung macht den Meister.
2. Rast ich, so rost ich.

3. Richtig betriebener Sport entwickelt den ganzen Körper, um nicht zu sagen, den ganzen Menschen.
4. Überanstrengung und Übermüdung vermeiden.
5. Wahrer Sport ertüchtigt für die Alltags- und Berufsarbeit.
6. Er soll zur Fairness erziehen, d. h. zu jener ritterlichen, vornehmen Haltung der Seele, derzufolge die eigene Geltungssucht zu Gunsten fremder Leistungen zurückgedrängt wird.

10. Ruhe und Schlaf

Erfahrungen

Wer tagsüber tüchtig gearbeitet hat, wird am Abend müde und schläfrig.
Nach Sonnenuntergang suchen die Tagtiere ihre Ruhestätten auf, auch die natürlich lebenden Landleute gehen früh zu Bett.
Ein stark beschäftigter Arzt glaubte, ohne Schlaf auskommen zu können. Eines Tages brach er bewusstlos zusammen und verfiel in einen todähnlichen Schlaf.

Während der Muskeltätigkeit wird ein Stoffwechselprodukt erzeugt, die Fleisch-Milchsäure. Spritzt man Tieren Milchsäure in die Adern, so schlafen sie. Das Müde- und Schläfrigwerden ist also ein Wink der Natur, der Körpermaschine eine Erholungspause zu gönnen, damit die Ermüdungsgifte weggeschafft werden können. Im Übermass wirkt die Milchsäure schädlich, ja giftig. Zu Tode gehetztes Wild sehen wir an einer Lähmung der überanstrengten Muskeln zu Grunde gehen.
Das Schlafbedürfnis des Menschen ist je nach Alter, aber auch individuell verschieden.
Säuglinge schlafen sozusagen ständig,
Kinder von 1 bis 2 Jahren = 16 Stunden,
Kinder von 3 bis 10 Jahren = 12 Stunden,
Halbwüchsige von 10 bis 20 Jahren = 10 Stunden,
Erwachsene von 20 bis 60 Jahren = 8 Stunden,
alte Leute über 60 Jahren = 7 Stunden.
Der Schlaf kann durch Reizen des Gehirns jederzeit verscheucht werden. Man wecke Schlafende in sanfter Weise, so dass sie nicht aufschrecken. Man spricht von verschiedener Schlaftiefe. Am festesten schlafen wir eine Stunde nach dem Einschlafen; gegen Morgen nimmt die Schlaftiefe ab. Der Vormitternachtsschlaf gilt als der beste. Der Schlaf ist etwas Gottgewolltes, Heiliges und sollte nicht mutwillig verkürzt werden.
Wer empfände es nicht als ein Wunder, wenn er am frühen Morgen, nach gesegnetem Schlaf, neu gestärkt, mit frischen Kräften, sein Tagewerk wieder beginnen kann?

Merksätze

1. Schlafen ist so notwendig wie Essen und Trinken.
2. Gewöhne dich an regelmässiges Zubettegehen und Aufstehen.
3. Eine altbewährte Regel lautet: Früh zu Bett und früh auf!
4. Vor dem Schlafen keine schwer verdaulichen Speisen mehr zu sich nehmen.
5. Auf harter Unterlage schlafen lernen, wenn möglich bei offenem Fenster.
6. Liege nicht mit dem Gesicht gegen das Licht!
7. Rege dich vor dem Schlafengehen nicht auf, weder durch Unterhaltung, noch durch Getränke.
8. Zur geistigen Entspannung und seelischen Beruhigung gehört auch das Beten.

11. Geistige und seelische Gesundheit

Sorge für deinen Leib, aber nicht so,
als ob er deine Seele wäre (Matthias Claudius).

«Mens sana in corpore sano», es möge in einem gesunden Körper auch eine gesunde Seele wohnen! (Juvenal). Unser Ziel muss sein: harmonische Bildung von Körper, Geist, Seele. Das Leben zeigt uns immer wieder, dass einseitige Menschen, besonders körperlich gesunde und starke, leicht Schiffbruch erleiden.

Erfahrungen

Ein kräftiger Jüngling ist ein gefürchteter Raufer, Schläger und Streiter geworden.
Ein gewandter Sportler ruinierte seine Familie durch einseitige sportliche Betätigung.
Ein tüchtiger Schlosser wurde zu einem raffinierten Einbrecher, ein strammer Soldat zu einem Verräter.

Physische Gesundheit ist bei aller Wichtigkeit nicht das höchste Gut auf Erden. Wir kennen Menschen, die mit einem schwächlichen, kränklichen, ja verkrüppelten Körper geistig Hervorragendes schufen oder sich durch ein reiches Seelenleben auszeichneten.

Die Schweiz. Vereinigung «Pro Infirmis» weiss aus dem Leben bedeutender Gebrechlicher ergreifende Tatsachen zu berichten. Man studiere die Lebensgeschichten folgender bedeutender Persönlichkeiten:

Eugen Sutermeister, Taubstummer, Fürsorger, Dichter;
F. M. Dostojewskij, Epileptiker, grosser russischer Dichter;
Helen Keller, Taubblinde, Schriftstellerin;
Gottfried Mind, Schwachsinniger, Maler, «Katzen-Raffael»;
Franklin D. Roosevelt, gelähmt, Präsident der USA.

Die Entwicklung des Menschen ist durch Anlage und Umwelt bedingt. Etwas vom Kostbarsten, was die Eltern ihren Kindern mitzugeben vermögen, ist eine gute Erziehung. Nichts rächt sich im Leben so sehr wie die Verwöhnung, die ein grosses, dämonisches Ich heranwachsen lässt. Ohne Selbstbeherrschung, Unterordnung geht es beim Zusammenleben in Familie, Schule, Beruf und Staat nicht ab. Anstand, Höflichkeit, Ritterlichkeit stehen namentlich den Knaben an im Umgang mit dem weiblichen Geschlecht. Hilfsbereitschaft und Schutz der Schwachen, Kranken, Alten, gehörte früher sogar in Kriegszeiten zu den vornehmsten Pflichten. Ehrfurcht vor der Natur, vor Kunstwerken, vor Menschen, vor dem Göttlichen adelt jung und alt.

Welch grosse Bedeutung für den Charakter haben echte Kameradschaft und Freundschaft; Treue im Kleinen, die sich schon in den Schularbeiten anzeigt, muss sich ausweiten zur Treue an lieben Menschen, an der Heimat, am Vaterland.

Zeiten der Gefahr und Not erfordern Hingabe des einzelnen an eine Idee, ja Opferung fürs grosse Ganze. Einen einfachen, sicheren Weg zur seelischen Hygiene durch den Glauben zeigt uns die Bibel.

Merksätze

1. Sei bestrebt, ein wertvoller Mensch zu werden!
2. Worte sind Zwerge, Taten Riesen.
3. Nütze deine Freizeit gut aus mit Beschäftigungen im Dienste der geistigen und seelischen Entwicklung!
4. Treibe in deinen Mussestunden eine Liebhaberei (Handarbeit, Basteln, Musik, Malen)!

5. Lies bildende Bücher!
6. Suche Gesellschaft auf, die dich fördert!
7. Rede und handle nicht grob; fluche nicht!
8. Besuche den Gottesdienst deiner religiösen Gemeinschaft und halte den Sonntag heilig!

Quellen und empfehlenswerte Schriften

1. Menschenkunde und Gesundheitslehre. Der Schweizer Schuljugend gewidmet von Dr. A. Wander AG., Bern.
2. Grundriss der Hygiene für Schule und Haus. Von Dr. med. J. Weber.
3. Gesundheitspflege. Von Dr. Otto Bayard.
4. Lebensfrische Speisen. Von Dr. Ralph Bircher.
5. Ob sie es schon wissen? Aufklärungsschrift über die Alkoholwirkung. Von Dr. J. Odermatt.
6. Über den Einfluss des Alkohols auf das Nervensystem und das Seelenleben. Von Dr. med. Walther.
7. Versuche mit Obst, Kartoffeln, Vitaminen. Von Dr. M. Oettli.

Dorf und Kirchgemeinde

Von Hugo Ryser

Aufgaben für Zehn- bis Elfjährige zur Erforschung der Siedlungs- und Bevölkerungsverhältnisse der engsten Heimat

Im heimatkundlichen Unterricht wollen wir erstens den Kindern für die Zustände und Verhältnisse der unmittelbaren Umgebung und der engsten Heimat die Augen öffnen. Es sollen im Kinde Erlebnisse geschaffen, Vorstellungen geklärt und Begriffe gebildet werden, die als sichere Grundlage für den Erdkundeunterricht dienen können und eine wirkliche Weitung des kindlichen Blickkreises einleiten.
Wir wollen aber zweitens die Kinder auch zum Verständnis der Ursachen und Zusammenhänge der bewusst gemachten heimatlichen Erscheinungen führen. Manche Erklärung liegt hier noch greifbar da und ist für die Kinder leicht fassbar. Das erleichtert ihnen später den Einblick in Zusammenhänge in der Landeskunde der weitern Heimat und fremder Gegenden.
Ein Heimatunterricht wird aber nur dort fruchtbar, wo der Schüler sich selber um den Stoff bemüht und daran lebhaft Anteil nimmt. Wir spannen deshalb die Kinder ein zum Beschaffen des Stoffes und zum eigenen Ausforschen der heimatlichen Verhältnisse. Die Schüler fragen Eltern oder Bekannte; sie zählen und messen; vieles wissen sie selber aus eigener Anschauung und Erfahrung. Eifrig stellen die Kinder auch das Erlebte und Bewusstgewordene dar, zeichnen Ansichten und Pläne oder stellen Statistiken auf. Gemeinsam aber wird alles besprochen und verglichen; wir rechnen und geben dem Stoff den guten sprachlichen Ausdruck.
Unterrichten heisst nicht dozieren und eintrichtern, sondern erarbeiten durch Einspannen der kindlichen Geisteskräfte.

1. Aufgabe. Zeichnet einen Plan der Umgebung des Schulhauses! Erkundigt euch nach dem Alter der eingezeichneten Gebäude! Die Häuser, die weniger als zwanzig Jahre alt sind, färbt ihr gelb, jene die weniger als 100 Jahre alt sind, rot. Jene, die schon vor 100 Jahren standen, färbt ihr braun, die ganz alten Häuser schwarz.

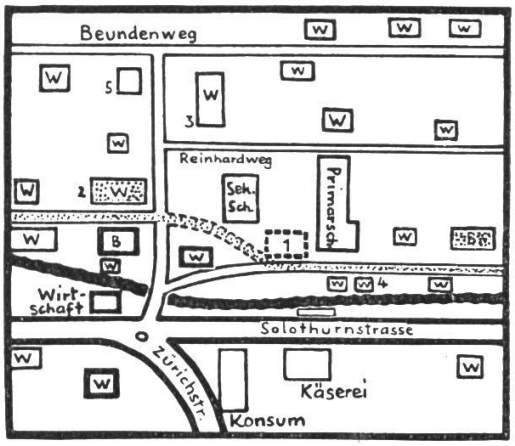


Abb. 1. Die Umgebung des Schulhauses
Punktiert: bestand vor 200 Jahren; kräftig ausgezogen: bestand vor 100 Jahren; 1 = altes Schulhaus, 1858 erbaut, 1938 abgerissen; 2 = altes Bauernhaus, jetzt nur noch Wohnhaus; 3 = Bäckerei; 4 = Schreinerei; 5 = Handelshaus.

Die gemeinsame Besprechung ergibt, dass vor 100 Jahren wahrscheinlich nur wenige Häuser in diesem Dorfteil standen: 3 Bauernhäuser, 1 Taglöhnerhäuschen. Damals gab es noch keinen Beunden- und keinen Reinhardweg. Vor 200 Jahren gar standen wohl nur 2 Bauernhäuser da, und der Lehrer weiss zu berichten, dass man damals auch keine Zürich- und Solothurnstrasse kannte.
Wir haben den Plan der Umgebung des Schulhauses auch an der Tafel erstehen lassen, und es ist für die Schüler sehr eindrücklich, wenn wir um 20, 100 und 200 Jahre zurückgehen und jedesmal wegwischen, was damals noch nicht bestand. Verwundert sehen die Kinder, wie in diesem heute ziemlich überbauten Dorfteil schliesslich nur zwei Bauernhäuser und die jetzige Hintergasse bestanden. Was für Häuser sind seither gebaut worden? Wie vor 200 Jahren stehen auch heute nur zwei Bauernhäuser. Dazu sind aber gekommen: viele Wohnhäuser, eine Wirtschaft, zwei Schulhäuser, Käserei, Konsum, Bäckerei, Handelshaus, Schreinerei u. a.

2. Aufgabe: Zeichnet einen Plan der Umgebung eures Wohnhauses! Schreibt auf, wer Besitzer der Häuser ist und welche Mieter darin wohnen! Zählt die Bewohner jedes Hauses und führt sie in einer Tabelle auf!

Haus	Besitzer	Mieter	Bewohner	im ganzen
Postgebäude	Genossenschaft	Furrer	5	
		Bütikofer	6	11
Molkerei	Jakob		5	5
«Kreuz»	Graber		7	7
Hauptstr. 4	Grossenbacher		4	
		Zingg	4	12
		Liechti	4	
Hauptstr. 5	Bill		5	
		Schmied	3	10
		Frl. Mauderli	1	
		Frl. Pernet	1	
Hauptstr. 7	Dick		4	
		Schwester Martha	1	5

Hansi hat 6 Häuser der Umgebung aufgezählt mit 13 selbständigen Haushaltungen und 50 Einwohnern. Wie steht es in der ganzen Gemeinde?
Bei der letzten Volkszählung bestanden 332 bewohnte Gebäude mit 693 Haushaltungen und 2581 Einwohnern.
Hansi hat nicht ganz den 50. Teil der Einwohner unserer Gemeinde gezählt, jedoch in seinem kleinen Bezirk ungefähr das gleiche Verhältnis von Häusern, Haushaltungen und Bewohnern gefunden wie die Volkszählung für die ganze Gemeinde.
Gespannt vernehmen die Schüler nun von der Art, wie eine Volkszählung durchgeführt wird. Auf der Gemeindeschreiberei gibt es aber auch laufende Kontrollen der Einwohner, z. B. für das Einziehen der Steuern. Jeder in die

Gemeinde Einziehende muss sich beim Wohnsitzregisterführer anmelden, jeder Wegziehende wieder abmelden.

3. Aufgabe: Tragt in einen Plan alle Bauernhäuser unseres Dorfes ein! Zeichnet dabei die an der erst vor 190 Jahren gebauten Solothurn- und Zürichstrasse gelegenen Bauernhäuser schwächer als die andern! Vergesst nicht, in den Plan auch den Dorfbach einzuzeichnen!

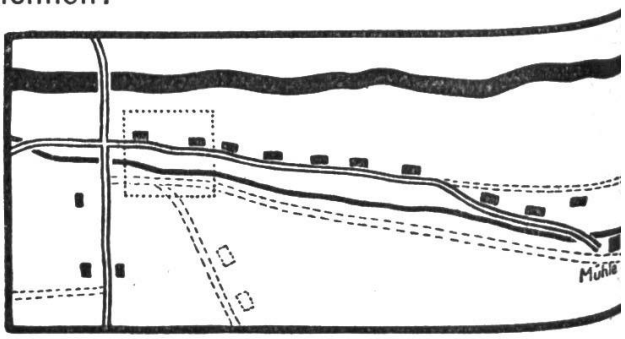


Abb. 2. Das alte Bauerndorf
Kräftige Linien: bestand vor 200 Jahren; punktiertes Viereck: die Umgebung des Schulhauses wie Abb. 1.

Überraschenderweise stehen fast alle alten Bauernhäuser an der Hintergasse, die längs des Dorfbaches verläuft. Mit einiger Überlegung begreifen wir diese Lage der Bauernhäuser: vor der jetzigen Wasserversorgung war der Dorfbach wichtig als Wasserlieferant für Menschen und Vieh (nicht nur fürs Waschen, sogar zum Kochen wurde Wasser aus dem Dorfbach genommen!).

4. Aufgabe: Zeichnet einen Plan aller Strassen unseres Dorfes! Färbt die Hauptstrassen gelb, die Nebenstrassen grün und die Wege grau (für Fusswege zieht eine einfache Linie)! Zählt die Fahrzeuge und Fussgänger auf verschiedenen Strassen während der gleichen halben Stunde!

Wir machten die Zeit von 16.00 Uhr bis 16.30 Uhr ab und schickten die Schüler in Grüpplein an verschiedene Strassen. Das Ergebnis konnten wir wie folgt zusammenstellen:

	Personenautos	Lastautos	Motorräder	Fuhrwerke	Velos	Fussgänger
Hauptstrasse	45	19	1	2	69	68
Obere Ersigenstrasse	10	1	–	4	74	66
Untere Ersigenstrasse	5	1	–	1	49	41
Eystrasse	5	1	–	2	24	25
Hintergasse	–	–	–	–	9	26

Das Ergebnis entspricht ziemlich genau der Bedeutung der verschiedenen Strassen (interkantonale Strasse, Landstrasse in die nächsten Dörfer, Gemeindestrasse, Strässchen eines vom Verkehr abgeschnittenen Dorfteiles).

5. Aufgabe: Zeichnet einen Plan der Hauptstrassen und der Eisenbahnlinie mit dem Bahnhof! Zeichnet die Gastwirtschaften ein! Was fällt euch auf und wie erklärt ihr die Lage der Wirtschaften?

Vier Wirtschaften liegen an einer Strassenkreuzung, die übrigen zwei direkt neben dem Bahnhof. An diesen Punkten treffen am meisten Leute zusammen (oder nehmen Abschied!). Es sind die gleichen Punkte, die im Strassenverkehr am gefährlichsten sind.

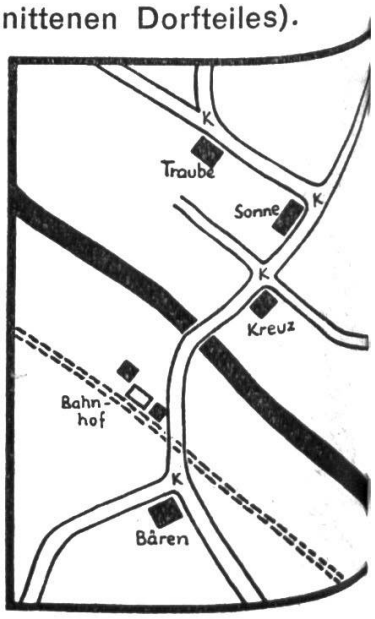


Abb. 3. Kreuzungspunkte im Dorf
K: Strassenkreuzungen; schwarze Rechtecke: Gastwirtschaften.

6. Aufgabe: Schreibt strassenweise die verschiedenen Geschäfte und Gewerbe auf, die sich dort befinden! Achtet darauf, ob ihre Lage günstig oder ungünstig ist! Welche Strassen sind die günstigsten für Geschäfte und warum?

Die beiden Autogaragen liegen günstig an den Zugängen zur engen Brücke, wo die Autos stark abbremsen müssen und wo sich aller Verkehr in einer einzigen Strasse sammelt.
Eisenhandlung, Uhren-, Schuh- und Tuchladen, Papeterie, Drogerie und viele andere Kaufläden sind im Zentrum des Dorfes an der Hauptstrasse gelegen, während einzelne Bäckereien und Spezereihandlungen auch in den Aussenquartieren liegen und dort ebenfalls ihren Verdienst finden.

7. Aufgabe: Zeichnet einen Plan des Dorfbaches mit den daran liegenden Kraftwerken! Versucht zu erfahren, wieviel Strom oder Kraft diese Werke erzeugen! Wozu wird der erzeugte Strom gebraucht?

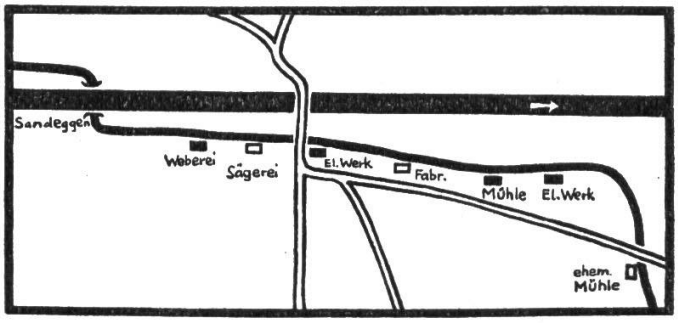


Abb. 4. Der Dorfbach als Industriekanal
Leere Rechtecke: ausser Betrieb gesetzte Werke; schwarze Rechtecke: bestehende Turbinenanlagen. Das Wasser des Industriekanals wird beim «Sandeggen» unter dem Flussbett der Emme durchgeleitet.

Wenn der Dorfbach heute auch nicht mehr Wasserspender ist wie früher, so ist er nicht weniger wichtig als Erzeuger von Kraft. Zwar stehen die alte Säge und die Wydenhofmühle, die einst durch Wasserräder betrieben wurden, nicht mehr in Betrieb, und nur einige übriggebliebene Einrichtungen erinnern noch daran. Auch die heute noch tätige Handels- und Kundenmühle wird nicht mehr von einem Wasserrad getrieben. Der vorbeifliessende Bach speist nun eine Turbinenanlage, die den Strom für die Müllereimaschinen liefert.
Noch grössere Turbinenanlagen am Dorfbach liefern die Kraft für die Weberei und die Stanniolfabrik; eine kleine Anlage im Dorf gibt den Strom in eine Werkstätte und zur Beleuchtung und Heizung eines Restaurants ab.
Die vier Turbinenanlagen unseres Dorfes erzeugen:

Weberei	135	Pferdestärken
Stuber, elektrische Werkstätte	4	»
Mühle	14	»
Turbinenhaus der Stanniolfabrik	60	»
	213	Pferdestärken

Das alles schafft der gleiche Dorfbach, der nach unsern Messungen in der Minute etwa 60 m weit fliesst und in der Minute etwa 1000 Liter Wasser bringt. Das gleiche Wasser treibt noch viele andere Werke in den flussaufwärts und flussabwärts gelegenen Nachbargemeinden.

8. Aufgabe: Schreibe auf, was die Leute der umliegenden Dörfer in unser Dorf führt! Was können die Leute nur in unserm Dorfe ausrichten und besorgen, nicht aber in den umliegenden kleinen Ortschaften?

Unser Dorf ist das Zentrum eines kleinen Landgebietes, das ungefähr unsere Kirchgemeinde umfasst. Es haben sich hier niedergelassen: Ärzte, Zahnarzt,

Tierarzt, Notar, Fürsprecher. In unserm Dorf wohnen die zwei Pfarrer und amtiert der Zivilstandsbeamte der Kirchgemeinde. Hier steht die Sekundarschule des ganzen Umkreises, hier gibt es eine Druckerei, eine Spar- und Leihkasse u. a.

9. Aufgabe: Zeichne einen Plan der ganzen Kirchgemeinde! Zeichne die Verkehrsstrassen ein! Welche Einwohnergemeinden gehören zur Kirchgemeinde? Was ist eine Einwohnergemeinde, was eine Kirchgemeinde? Suche nach den Grenzen unserer Einwohnergemeinde!

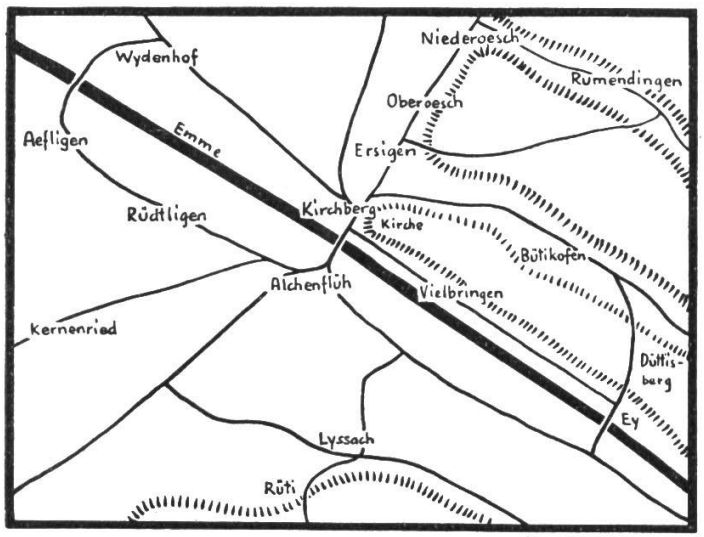


Abb. 5. Unsere Kirchgemeinde
Die von Dorf zu Dorf führenden Linien bedeuten Strassen. Die Schüler gestalten die Zeichnung natürlich farbig aus!

Unsere Kirchgemeinde setzt sich aus 10 Einwohnergemeinden zusammen. In jeder Einwohnergemeinde treten die Bürger von Zeit zu Zeit zu Gemeindeversammlungen zusammen, um das zu beschliessen, was ihre Gemeinde angeht, um einen Gemeinderat oder Beamte zu wählen oder um die Steuern zu bestimmen. In Angelegenheiten dagegen, die die Kirche betreffen, treten die Bürger und Bürgerinnen aller 10 Gemeinden zu einer Kirchgemeindeversammlung zusammen, um solches zu beschliessen, was die Kirche angeht, um einen Kirchgemeinderat oder Pfarrer zu wählen oder die Kirchensteuer zu bestimmen, die für alle Bewohner der zehn Gemeinden die gleiche ist.

10. Aufgabe: Stelle auf Grund der letzten Volkszählung die Einwohnerzahlen der 10 Gemeinden unserer Kirchgemeinde zusammen! Stelle die Tabelle auch zeichnerisch dar! Vergleiche!

	vor 100 J.	vor 50 J.	heute
Kirchberg	1092 Einw.	1733 Einw.	2581 Einw.
Aefligen	483	490	667
Ersigen	1149	1113	1166
Kernenried	331	349	334
Lyssach	528	716	736
Niederösch	362	346	333
Oberösch	162	158	140
Rüdtligen-Alchenflüh .	476	518	652
Rüti	132	128	106
Rumendingen	146	146	192
	?	?	?

Es fällt auf, dass die Einwohnerzahl von Kirchberg ganz gewaltig zugenommen hat, während die Bevölkerung anderer Gemeinden fast gleich geblieben ist oder sogar abgenommen hat. Wir suchen nach den Ursachen. In Kirchberg sind zwei grosse Fabriken und mehrere kleinere Betriebe entstanden; in diesem Zentrum der Kirchgemeinde haben auch Handwerk und Handel einen grossen Aufschwung genommen. Entlegene reine Bauerndörfer haben an Bewohnerzahl abgenommen. Andere, günstiger gelegene Bauerndörfer dagegen haben etwas zugenommen, weil sich dort manche Arbeiter angesiedelt haben, die auswärts arbeiten.
Wir zeichnen für jede Gemeinde eine rote Häuschenreihe entsprechend der Ein-

wohnerzahl vor 100 Jahren (100 Personen = 1 Häuschen) ins Heft. Die Zunahme bis heute zeichnen wir anschliessend in gleicher Weise mit Gelb; bei einer Bevölkerungsabnahme tilgen wir das entsprechende rote Stück mit Schwarz.

11. Aufgabe: Suche dir auf Grund der letzten Volkszählung ein Bild zu machen über die in den einzelnen Gemeinden vertretenen Berufe! Vergleiche!

	Die Leute arbeiten heute:		
	in der Landwirtschaft	in andern Berufen	im ganzen
Kirchberg	198 Personen	?	1225 Personen
Aefligen	85	?	280
Ersigen	168	?	497
Kernenried	77	?	140
Lyssach	107	?	316
Niederösch	93	?	151
Oberösch	49	?	61
Rüdtligen-Alchenflüh	77	?	287
Rüti	34	?	56
Rumendingen	49	?	74
	?	?	?

Als Bauerndörfer sind jene Gemeinden anzusehen, wo mehr Personen in der Landwirtschaft als in andern Berufen tätig sind. In Kirchberg überwiegen Industrie und Gewerbe sehr stark, obwohl sich hier von allen zehn Gemeinden die grösste Zahl Bauernbetriebe befindet.

12. Aufgabe: Stelle die Bevölkerung unserer Kirchgemeinde nach ihrem Heimatort zusammen, indem du die Berner den Bürgern anderer Kantone und des Auslands gegenüberstellst! Was fällt dir auf?

	Einwohnerzahl	Berner	Bürger anderer Kantone und des Auslands
Kirchberg		?	324 Personen
Aefligen		?	36
Ersigen	(Siehe	?	35
Kernenried	Aufgabe	?	26
Lyssach	10.)	?	52
Niederösch		?	14
Oberösch		?	6
Rüdtligen-Alchenflüh		?	66
Rüti		?	1
Rumendingen		?	16
	?	?	?

Im Industriedorf Kirchberg sind der achte Teil Nichtberner; zudem leben 20 Ausländer hier. Im Bauerndörfchen Rüti dagegen wohnen sozusagen nur Berner. Gemeinden, die an Bahnen und Verkehrsstrassen liegen (Kirchberg, Rüdtligen-Alchenflüh, Lyssach) weisen bedeutend mehr Einwohner aus andern Kantonen auf als vom Verkehr abgelegenere Orte.

*

Was haben die Schüler gewonnen? Sie erhielten eine Ahnung vom Wachsen eines Dorfes und seinen Veränderungen im Laufe der Jahrhunderte; sie gewannen einen ersten Einblick in Bevölkerungsverhältnisse eines kleinen Raumes; sie erkannten die Abhängigkeit einer alten Bauernsiedlung vom Wasser; sie erhielten allererste Grundbegriffe einer Verkehrsgeographie; das Problem der Verkehrslage kam zur Sprache; die Schüler merkten etwas von der Bedeutung der Wasserkraft für die Industrie; der Begriff eines Mittelpunktes tauchte erstmals auf; die Kinder erahnten, was eine Gemeinde ist; wir versuchten Wandlungen und Verschiedenheiten in den Bevölkerungsverhältnissen zu deuten.

Es sind nur lückenhafte, bescheidene Anfänge. Später wird sie der Geographieunterricht ausbauen und weiterführen.

Der Sprachunterricht, eine Quelle ungetrübter Freude!

Von Sebastian Steiger

Dass der Sprachunterricht, selbst für schwache Schüler, von allem Anfang an ein Vergnügen sein kann und für meine Schüler eine Quelle ungetrübter Freude ist, werde ich versuchen, so kurzgefasst wie möglich, darzulegen.
So wie ein Schauspieler auf der Bühne kein Aufsätzchen hersagt, sondern, indem er die Rolle einer bestimmten Person darstellt, zu jemand oder auch mit sich selber spricht, so redet auch das Kind immer mit jemand. Es kennt die gesprochene Sprache; die «geschriebene» (beschreibende, erzählende, darstellende) Sprache ist ihm aber fremd! Von morgens bis abends braucht es die direkte Rede. Diese Erkenntnis hat mich vor Jahren schon dazu bewogen, meinen Sprachunterricht entsprechend neu einzurichten, und zwar so, dass ich die dem Kind geläufige Sprache, die gesprochene Sprache, nicht nur berücksichtigte, sondern überhaupt zum Ausgangspunkt, zum Fundament des gesamten Sprachunterrichtes machte. Dem Kinde musste möglichst viel Gelegenheit zum Sprechen gegeben, es musste in eine Situation versetzt werden, die es zu begeistertem, lustbetontem Reden anregte, ja mehr noch, sogar reizte. – Wie aber versetzt man das Kind in die Situation, die es zu freudigem Reden begeistert? Jedes Thema bietet uns unzählige Möglichkeiten. Eine Reihe von Beispielen aus meiner Schulpraxis diene der Veranschaulichung.

Erstes Beispiel

Es ist Grippezeit. Thema: Das kranke Kind.

Da wir im Lesebuch die Geschichte vom kranken Kareli gelesen haben, ist jede Einführung überflüssig. Zwei Kinder treten vor die Klasse: die Mutter und das kranke Kind. Und dann kann's losgehen. So etwa: Mutter: Liselotte, aufstehen, es ist 7 Uhr! – Liselotte: Ach, Mutter, ich kann nicht. – Mutter: Was hast du denn? . . . Fragen, Antworten, Einwände, Ausflüchte, Klagen beleben das Gespräch, das, von den zwei folgenden Kindern frisch begonnen, mit neuen Einfällen und Ideen vorgetragen wird. Der Dialog dauert nicht lange, eine oder zwei Minuten. Man kann ihn jederzeit unterbrechen. Auch brauchen nicht alle Schüler zum Sprechen zu kommen. Nicht alle Ideen sollen verraten werden, so kann man sie trösten (denn «trostbedürftig» werden sie in diesem Fall immer sein). Später, wenn das Gespräch aufgeschrieben ist, können auch sie noch an die Reihe kommen. Jetzt greifen die Kinder einmal begeistert zur Feder. In kurzer Zeit haben sie lebendige Geschichten erfunden und zu Papier gebracht. Da gibt es keine unmöglichen Schachtelsätze, die kein Mensch versteht, keine «und dann – und dann», keine «als» mit nachfolgendem Zeitdurcheinander, denn die Mädchen und Buben sehen innerlich, was sie schreiben, sie versetzen sich an die Stelle der Mutter, des kranken Kindes, schreiben mit Hilfe der farbigen, unerschöpflichen Phantasie aus klarer, innerer Anschauung, so ähnlich wie ein Dichter, der in einem Roman in Herrn Meyer sich selber darstellt. Sehen wir nach, wie meine Schüler die Sache angepackt haben. (Aus praktischen Gründen kann ich leider nur kurze Ausschnitte aus Schülerarbeiten bringen.)

Ruthli A. beginnt: (Die Mädchen haben dem kranken Kind irgendeinen Namen gegeben.)
Lislott: Au, ich habe Kopfweh, ich halte es fast nicht aus. Der Kopf zerspringt mir fast. Jetzt rufe ich aber der Mutter: Mutter, komm, ich habe Kopfweh, es tut mir alles weh . . .

und schliesst:

. . . Mutter: . . . Warte, ich hole dir ein wenig Tee. Da, trinke! Lislott: Aber, Mutter, ich verzweifle fast! Mutter: Ich messe dir das Fieber. Ja, ja, du hast fest Fieber. Ich bringe dir Spielsachen, dann vergeht es dir wieder.

Lislott L. schliesst ihr Gespräch:

Mutter: Ich will dir ein Kopfwehpulver geben. Helen: Ist es gut? M (Mutter): Nein, nein! H (Helen): Dann will ich keins. M: Du musst eins nehmen, sonst hole ich den Doktor. H: Also, so gib mir eins. M: Da hast du es. H: Pfui, ist das schlecht, so eins nehme ich nicht mehr! M: So steh jetzt auf. H: Ich kann nicht aufstehen. M: So bleibst du im Bett!

Das Kind lernt, sich rasch in gegebene Lagen hineinzudenken, lernt, sich schnell umzustellen, sich jeder Situation anzupassen, sie zu meistern. Sein Geist wird geschult. Rasche Reaktion, Schlagfertigkeit, präzises, klares, logisches Denken, angeregt und angespornt durch die im Kind geweckte und entwickelte Phantasie, geben dem Schüler das so notwendige Vertrauen zu sich und zu seinen Fähigkeiten, geben ihm Sicherheit und befähigen ihn zu immer besseren Leistungen. Mit den Leistungen nimmt die Freude an der Arbeit zu, beide in Wechselwirkung bringen das Kind immer weiter, formen und bilden es.

Zweites Beispiel

Ein Märchen. Thema: Schneewittchen.

Die Gesprächsmöglichkeiten sind zahlreich, die Dialoge sehr einfach, weil der Stoff ja gegeben ist.
Erstes Gespräch: Vreneli, komm, du bist die Königin, und du Heidi, der Jäger!
Das nächste Gespräch: Der Jäger und Schneewittchen.
Ich nehme wieder die Hefte meiner Drittklässler zur Hand, diesmal die Hefte aus der 2. Klasse:

Jäger: Schneewittchen, komm einmal zu mir. Die Königin hat gesagt, ich müsse mit dir in den Wald gehen. Schneewittchen: Ja, was machen wir dort? J: Ich will dir ein Eichhörnchen zeigen . . . (Ines)

. . . Schneewittchen (Sch): Meine Beine tun mir weh. Jäger (J): Jetzt sind wir angekommen! Sch: Was machen wir jetzt? J: Die Königin hat mir den Befehl gegeben, dich umzubringen. Sch: Ach, lieber Jäger, lass mir mein Leben . . (Lieselotte)

. . . J: Schneewittchen, setz dich zu mir, ich muss dir etwas Trauriges sagen: Die Königin will, dass ich dich töte . . . (Vreneli)

. . . Jäger: Ich muss dich töten. Schneewittchen: Aber warum denn? J: Weil ich der Königin Lunge und Leber bringen muss. Sch: Jäger, schau dort dieses Reh! Töte dieses Reh, das hat auch Lunge und Leber . . . (Heidi)

(Während des Gesprächs gingen die Kinder vor der Klasse auf und ab. Das gab ihnen die Illusion, im Walde zu sein.)

Weitere Gespräche: Schneewittchen findet das Haus der Zwerge (ein Monolog) – Die Zwerge finden Schneewittchen – Die Königin hat böse Gedanken.

Das böse Schneewittchen, das kann ich nicht mehr leiden. Ich rufe einem Jäger, der muss das Schneewittchen mitnehmen und mit ihm in den tiefen Wald gehen. Dort muss er es töten . . . (Ruthli R., eine sehr schwache Schülerin)

Ich werde schon dafür sorgen, dass Schneewittchen nicht mehr die Schönste ist. Es muss die schmutzigsten Arbeiten besorgen, und wenn das nichts nützt, muss der Jäger das Schneewittchen töten . . . (Walli, wieder eine durchschnittliche Schülerin)

Ich mag das Schneewittchen nicht. Es will immer die Schönste sein. Es gibt nur eine Schöne in der Welt und die bin ich . . . (Esti)

. . . Es hat eine ganz krumme Nase. Ich habe eine schönere. Ich gebe ihm keine Zahnpasta mehr und auch keinen Kamm . . . (Heidi)

. . . Ich bin viel schöner. Ich gebe ihm zerrissene Kleider. Der Spiegel lügt. Wenn . . . (Ines)

Aus diesen vielen – und darum auch so kurzen – Ausschnitten aus Schülerarbeiten der 2. Klasse (sie liessen sich beliebig vermehren) ist ersichtlich, wie mannigfaltig die Gespräche trotz gegebenem Stoff sein können. Der Ideenreichtum, über den die Kinder verfügen, die Einfühlungsgabe, die die Kinder besitzen, geben immer wieder zu Staunen Anlass. Es gelingt dem Schüler, sich von seinem Ich zu lösen: Er setzt sich an den Platz anderer, lernt für andere sich zu freuen oder an Stelle anderer traurig zu sein.
Ich habe vor Jahren diese Dialoge in einer gemischten Klasse durchgeführt. Die Knaben standen in keiner Weise hinter den Mädchen zurück. Es ist mir nicht möglich, auf weitere Einzelheiten einzugehen. Die Auswertungsmöglichkeiten eines Märchens sind ohne Zahl. Einige weitere Gespräche sind: Schneewittchen und die Krämerin – Die sieben Zwerge retten Schneewittchen – Der Prinz und die Zwerge. Zum Abschluss werden die einzelnen Gespräche zusammengefasst. Das ganze Märchen wird frei aufgeführt. Dass dabei die Freude und Begeisterung der Kinder keine Grenzen kennt, braucht kaum erwähnt zu werden.

Drittes Beispiel

Winter. Thema: Das Schneeflöcklein.

Die Schneeflocken fallen. Eine Schneeflocke fällt auf die Rübennase eines Schneemannes. Wieder ist ein Kind der Schneemann, ein anderes das Schneeflöcklein. Beide Kinder haben sich sehr viel zu sagen. (Woher kommst du? Wer bist du? Wer hat dich gemacht? Was tust du? Warum bist du da? Was nützest du? Warum siehst du so und so aus? Warum bist du traurig? Usw.)

Weitere Gespräche folgen. Die Kinder freuen sich. Es gibt Einfälle die Fülle: Einmal setzt sich das Schneeflöcklein auf ein Auto, dann auf einen Zaun, ein Kamin, oder – warum auch nicht! – in die Haare eines Mädchens, das gerade zur Schule geht. Vielleicht setzt es sich auch auf eine Mauer oder einen Baum.

Zuerst lassen wir die Gespräche wieder ausführen. Sie können aber auch, wie schon erwähnt – damit die Schüler ihre Ideen nicht preiszugeben brauchen –, zuerst aufgeschrieben, hernach gelesen und zuletzt noch dargestellt werden.

Es ist geradezu verblüffend, wie umfangreiche, vielgestaltige Geschichten meine Mädchen jedesmal erfinden. Ebenso ist es ein Vergnügen zu sehen, mit welcher Begeisterung sie sich immer wieder hinter die Arbeit machen. Es ist auch – so unglaublich es klingt! – eine Freude, die Arbeiten zu korrigieren. Ausser den orthographischen Fehlern ist kaum etwas zu verbessern.

Arbeiten zu Schneeflöcklein und Schneemann:

Schneemann: Bin ich froh, dass du kommst, so bin ich nicht allein. Schneeflöcklein: Mir ist es langweilig gewesen im Himmel oben, darum bin ich zu dir gekommen. Schm (Schneemann): Jetzt bin ich schon ein bisschen grösser geworden. Sch (Schneeflöcklein): Warum denn? Schm: Weil du zu mir gekommen bist . . . (Silvia)
Schneemann: Uh, das hat mich gekitzelt. Was ist denn das? Schneeflöcklein: Ich bin ein Schneeflöcklein und bin jetzt zu dir gekommen. Wer bist du? Schm: Ich bin der Schneemann. Ich bin aus vielen Schneeflöcklein gemacht. Sch: Das ist aber lustig, da sind sicher viele von meinen Kameraden dabei, solche, die immer die Nase zuvorderst haben, ich kenne die Schlingel. Schm: Ja, ja, ich habe viele solche Schlingel gegessen, sonst wäre ich nicht so dick! . . . (Mariannli)
Schneeflöcklein: Hahaha, jetzt bin ich auf etwas Gleiches gefallen, wie ich bin. Schneemann: Wärst du früher gekommen, jetzt zerlaufen wir. Die Sonne scheint ja, und wie heiss! . . . (Miranda)

Schneeflöcklein: Guten Tag, Herr König von den Schneemännern. Wie gehts? Schneemann: Nicht so gut. Sch: Warum nicht? Schm: Sie haben mir den Zylinder weggenommen! . . . (Esti)

Das Schneeflöcklein und das Kamin

Schneeflöcklein: Uh, ist das warm! Wo bin ich? Wer bist du denn? Kamin: Ich bin das Kamin. Sch: Warum bist du so warm? K: Ich bin halt auf dem Bäckerhaus, und der Bäcker backt gerade Brot . . . (Lislott L.)

Das Schneeflöcklein auf der Mauer

Schneeflöcklein: Wo bin ich denn? Mauer: Sie sind auf mir. Ich bin die Mauer. Sch: Ei, wie schön, es gefällt mir bei Ihnen. Es ist so kalt! Da hat man ja noch eine schöne Aussicht . . . (Ruthli A.)

Das Schneeflöcklein und das Auto

. . . Schneeflöcklein: Was nützest du eigentlich? Auto: Die Leute, die nicht gehen wollen, die fahren Auto. Aber was für einen Wert du hast, weiss ich nicht. Sch: Ich habe keinen grossen Wert. Ich mache den Kindern eine Freude. Sie können Schlitten fahren, und dem Gartenhag setz ich ein Käpplein auf . . . (Lieselotte)

Viertes Beispiel

Vom Verkehr. Thema: Die Trämlein.

Dieses Thema stellt schon bedeutend mehr Anforderungen. Der Kürze halber beschränke ich mich auf drei Ausschnitte aus Monologen:

Ich bin der Achtzehner. Ich fahre immer beim Zoologischen Garten vorbei. Dort ist gerade die Haltestelle, und alle Leute steigen aus, nur ich, ja ich muss weiterfahren. Ich möchte doch so gern in den Zoologischen Garten. Hoffentlich hat der Mann die Weiche nicht gestellt. Ei, jetzt kann ich nach links. O wie schade, jetzt muss ich doch nach rechts. Er hat sie doch gestellt . . . (Bea)

. . . Wenn ich die Aeschenvorstadt durchfahre, sehe ich immer den Bader und wie er so schön ausgestellt hat. Die Betten, die Lampen, die Teppiche, die Bücher in den Schränken. Die Menschen haben es schön, die können Brot, gute Gutzi und viele andere Sachen essen. Aber wenn ich etwas essen will, so muss ich Strom essen, damit ich immer schneller gehe . . . (Vreneli)

Steht das Kind als Achtzehner vor der Klasse, so begleitet es den Achtzehner nicht nur im Geist auf seinem Schienenweg: Es ist der Achtzehner, der durch die Stadt fährt. Erinnerungen, im Gedächtnis versunkene Bilder, werden wachgerufen. Es sieht und spricht, teilt Beobachtungen, einen Unfall, Ereignisse mit, nennt Namen und Orte, von denen es nicht viel zu sagen gewusst hätte, wäre es einfach gefragt worden: Durch welche Strassen fährt der Achtzehner?

Das Kind hört auch, was die Kameraden sagen, lückenhafte Bilder werden vervollständigt. Täuscht sich das Kind, so wird es vom Gesprächspartner oder von den kritischen Zuhörern korrigiert. – Interesse wird im Kind geweckt: Auf der nächsten Tramfahrt schaut es sich besser um, vergleicht die inneren Bilder mit den wirklichen. Ganz unbewusst wird es angeregt, die Augen zu gebrauchen, Beobachtungen zu machen, sich Örtlichkeiten und Namen einzuprägen.

Ich bin der Sechser. Ich fahre vom Morgartendepot zum Allschwilerplatz und von dort auf die Heuwaage. Im Vorbeifahren sehe ich das Stadttheater. Beim Casino mache ich einen Bogen, das schüttelt mich so fest, dass ich schreien muss . . . (Silvia)

*

Selbstverständlich können wir Gespräche auch vorbereiten. In meinem Schulzimmer habe ich ein Plakat aufgehängt, das ein Rehlein in tiefem Schnee neben einem tief verschneiten Tännlein darstellt. Dass sich die beiden, das Reh und das Bäumlein, viel zu sagen haben, springt in die Augen. Ich kann mich davon auch mit einem Blick auf die Klasse überzeugen: alle möchten reden! Ich rufe eine Gruppe von Mädchen, die «Mäuschen» zum Beispiel*, vor die Klasse. «Zuerst hören wir einmal, was das Rehlein zu erzählen hat, was es klagt, warum es so traurig ist!» leite ich ein. Frei, in kurzen Sätzen, beginnen darauf die Mädchen ihre Ideen in Worte zu fassen. Sobald ihre Phantasie vorübergehend einigermassen erschöpft ist, kommt die nächste Gruppe an die

* Ich habe meine Klasse in sechs Gruppen eingeteilt, die selbstgewählte Namen tragen.

Reihe, die dann darüber Aufschluss gibt, was das Tännlein alles zu sagen hat. – Leider kann ich auf diese Schülerarbeit nicht weiter eingehen, denn ich möchte mit diesem Hinweis die Beispiele unterbrechen, um eine sich unwillkürlich aufdrängende Frage schon jetzt zu beantworten.

Wie können sich die Schüler von ihrer gesprochenen Sprache lösen? Wie kommen sie zur geschriebenen, darstellenden Sprache, kurz: zum Aufsatz? – Die erstaunliche Antwort lautet: Ganz von selbst! Ohne alle Machenschaften! Aus der direkten Rede entwickelt sich, ich möchte sagen gezwungenermassen, die erzählende, beschreibende, darstellende Sprache. Zur Illustration zwei Monologe; zuerst die gesprochene Sprache. Idee: Ein Schlittschuh liegt hinter einem Haus. Er klagt sein Leid einem Schneeflöcklein. Ruthli A. schreibt:

Der vergessene Schlittschuh

Ach, ich bin ein armer Schlittschuh, ich bin ganz verlassen. Niemand will mich mehr. – (Schneeflöcklein: Warum bist du so traurig, Schlittschuh?) – Ich will die ganze Geschichte erzählen. Einmal bin ich in der Rheinbrücke gewesen. Dort bin ich noch schön gewesen! Da ist aber eine Frau gekommen und hat zu dem Ladenfräulein gesagt: Ich hätte gerne ein Paar Schlittschuhe für meinen Buben. Das Ladenfräulein hat gerade mich genommen. Die Frau hat gesagt: Die nehme ich. – Eines Tages hat mich der kleine Bub gepackt und mich vom 4. Stock hinuntergeworfen. Die Frau hat mit dem Buben geschimpft und gesagt: Jetzt kann man den Schlittschuh nicht mehr brauchen. Sie hat mich hinter das Haus geworfen!

Die von mir eingeklammerte Zwischenfrage des Schneeflöckchens hätte Ruthli eigentlich weglassen sollen, da ich den Mädchen angeraten hatte, das Schneeflöcklein nicht zu erwähnen. Trotzdem, ja gerade wegen dieser Zwischenfrage habe ich Ruthlis Arbeit ausgewählt, denn mit dieser Frage wird gezeigt, wie ein Monolog entsteht.

Die zweite Arbeit: der Übergang von der gesprochenen Sprache, dem Monolog, zur «geschriebenen» Sprache. Das ebenfalls neunjährige Dorli schreibt zum gleichen Thema:

Der vergessene Schlittschuh

In einem Laden war ein Paar schöne Schlittschuhe. Das sah eine Frau, und sie kaufte die Schlittschuhe ihrem kleinen Mädchen. Das kleine Mädchen freute sich sehr. Das gefiel auch der Mutter, als sie des Kindes Freude sah. Das Kind ging gleich auf die Kunsteisbahn. Es fiel ein paarmal um, danach konnte es fahren. Es ging wieder nach Hause und bemerkte nicht, dass es hinter einem Hause einen Schlittschuh verlor; es zog fröhlich weiter. Also, der Schlittschuh lag hinter dem Hause und dachte traurig: Jetzt bin ich ganz vergessen! und es tat ihm weh im Herzen, als er es dachte. Und er erzählte mir, dass er von einer Frau gekauft und nachher verlorengegangen sei.

Die Entwicklung zum Aufsatz ist hier deutlich feststellbar. Dorli hat sich in Gedanken zum Schlittschuh gesellt und sich von ihm seine Geschichte erzählen lassen. Es hat also gelernt, einen Gegenstand, an dessen Platz es sich gedacht hat und zu dem es sich in Gedanken gesellt hat, mit Namen zu benennen. Während Ruthli noch schreibt: «Ach, ich bin ein armer Schlittschuh, ich bin ganz verlassen», schreibt Dorli: «...der Schlittschuh lag hinter dem Hause und dachte traurig: Jetzt bin ich ganz vergessen! und es tat ihm weh im Herzen, als er es dachte.»

Dadurch, dass sich diese beiden Mädchen mit dem Schlittschuh gleichsetzen, dass sie sich in Gedanken zu ihm hinter das Haus begeben haben, ist es ihnen möglich geworden, aus innerer Anschauung heraus zu schreiben! Wie sollte, frage ich mich abschliessend – wenn ein Dichter überhaupt nur dank seiner «inneren Anschauung» ein Dichter ist –, ein Kind ohne diese «innere Anschauung» auskommen?

Fortsetzung folgt.

Erfahrungsaustausch

Jeder Lehrer hat in seiner Schularbeit glückliche Einfälle. Schreiben Sie bitte solche für die Veröffentlichung in dieser Ecke auf. Alle angenommenen Beiträge werden honoriert.

Kurzvortrag

Jeder meiner Acht- und Neuntklässler hat nach einem im Schulzimmer angeschlagenen Verzeichnis im Laufe des Winters einen Kurzvortrag zu halten (2 bis 10 Minuten). Stoff hiefür bietet besonders der Schülerkalender. Die Themawahl stelle ich frei. Gegen den Frühling halten dann die Neuntklässler einen selber zusammengestellten Vortrag. Kurze Kritiken durch Schüler und Lehrer sowie Ergänzungen, Richtigstellungen und Grundregeln über den Gebrauch des freien Wortes gestalten diese Übungen äusserst spannend und lehrreich. Th. R.

Hindernislauf im Turnsaal

Pferd, Barren, Reck, Bock, Langbänke werden im Turnsaal zerstreut aufgestellt. Dazu stellt man die Leitern bereit, rüstet die Kletterstangen, und nun kann's losgehen. Stoppuhr, Startstrich und korrekte Einteilung sind Vorbedingung und Rüstzeug. Über den Barren klettern, die Flanke übers Pferd, Grätsche über den Bock, Felgaufschwung beim Reck, Kletterstange hinauf, herunter, schräg gestellte Leiter besteigen, abwärts rutschen, über die Langbank hüpfen (bei Fehltritten wiederholen), drei Purzelbäume über die Matten schlagen, unter einem gewöhnlichen Stuhl durchkriechen und zum Ziel laufen. Die Sieger werden am Schluss ermittelt. Es lassen sich ungezählte Abänderungen gestalten, und so ein Hindernislauf kann restlos begeistern. F. B.

Verwendung alter Karton- oder Holzwandtafeln

Im Juliheft 1949 der Neuen Schulpraxis gibt Max Hänsenberger im Beitrag «Wir rechnen mit dem Zahlbild Roth» Anregungen für das Rechnen im zweiten Schuljahr. Mancher Lehrer wäre froh, er hätte dieses Zahlbild in Grossformat auf abwaschbarer Tafel. Wer sich ein solches kostenlos selbst anfertigen will, kann es nach folgender Anleitung tun:
Suche im Schulhaus nach einer alten, ausgedienten Wandtafel. Bewaffne dich mit einem roten Caran d'Ache-Farbstift. Entwirf nun das Zahlbild auf der Wandtafel in quadratischen Feldern mit zarten Linien. Und nun die Kreise! Ich verwendete dazu ein Tintengefäss mit Bleifassung, oberer Durchmesser etwa 5 cm. (Kleiner sollten die Kreise nicht sein, weil sonst die Leserlichkeit der zweistelligen Zahlen leidet.) Stelle jetzt das Tintengefäss auf den Kopf und trage in jedes der vorgezeichneten Felder einen Kreis ein. Du musst die «Kreisschablone» mehrmals kräftig umfahren. Da der Farbstift schnell stumpf wird, legst du gleich eine ganze Anzahl Stifte bereit. Nach Vollendung der Hundertertafel wirst du mit einem feuchten Schwamm den Farbstaub abwischen. O weh, es schmiert ja! – Macht nichts. Nach ein paar Waschungen und bei fleissigem Gebrauch der Tafel verliert sich das, und du bist im Besitz eines praktischen Veranschaulichungsmittels, das nicht nur dir, sondern auch deinen Schülern Freude machen wird.
Auf diese einfache Weise lassen sich auch Tafeln mit beliebiger Linierung herstellen. J. R.

Der Einmaleinssee

Von Annelies Peissner

Wie oft kommt es vor, dass unsere Zweitklässler die früher gelernten Einmaleinsreihen wieder vergessen oder durcheinanderbringen! Wenn wir gelegentlich eine der «verstaubten Einmaleinsschubladen» zur Repetition hervorziehen, stöbern die gedächtnisschwachen Schüler hilflos in der Zahlenunordnung herum. Es hätte wohl wenig Zweck, wollte man mit der Veranschaulichung und Einübung jeder Reihe von vorne beginnen, bis sie in einiger Zeit doch wieder in Vergessenheit geriete. Bekämpfen wir unsern eigenen Unwillen über die Vergesslichkeit der Schüler und nehmen wir die Kinder auf eine frohe Entdeckungsreise an den «Einmaleinssee» mit. Die anfängliche Hilflosigkeit macht einer lebhaften Begeisterung Platz, und jeder Schüler freut sich darauf, die Fahrt über den See mit seinen Inselchen, die die Stützpunkte jeder Reihe darstellen, allein ausführen zu dürfen.

Die erste Fahrt unternehmen wir gemeinsam. Bevor wir unser Boot besteigen, halten wir eine kurze Übersicht über den Einmaleinssee:

1. Ufer und Inselchen

Abb. 1

Nehmen wir einmal die Viererreihe für eine solche Entdeckungsfahrt an:
Wir stehen am Ufer A (A = Anfangszahl, also 1 × 4 = **4**).
Unser Ziel ist Ufer E (E = Endzahl, also 10 × 4 = **40**).
In der Mitte liegt die Insel M (M = Mittelzahl, also 5 × 4 = die Hälfte von 40 = **20**).

2. Bedeutung der Felsen im Einmaleinssee

In der Nähe der beiden Ufer und der Insel bemerken wir einige Felsen, die über den Wasserspiegel herausragen. Es sind weitere Stützpunkte der Einmaleinsreihen, die sich von der Anfangs-, Mittel- und Endzahl leicht ableiten lassen.

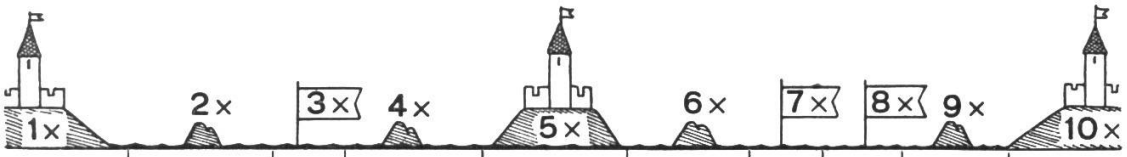
Kaum sind wir mit dem Boot vom Ufer A (1 × 4 = **4**) abgestossen, umfahren wir den ersten Felsen (2 × 4 oder 4 + 4 = **8**). Siehe Abb. 2.
Nun steuern wir direkt auf die schöne Insel mit dem Schloss zu. Hier halten wir eine kurze Rast (Mittelzahl 20). Wenn wir nochmals rückwärts blicken, sehen wir den Felsen 4 × 4 (also Mittelzahl 20 — 4 = **16**).
Schauen wir von der Insel aus vorwärts gegen das Endufer zu, bemerken wir in der Nähe den Felsen 6 × 4 (also Mittelzahl 20 + 4 = **24**).
Nun setzen wir unsere Seefahrt fort zum Ufer E (10 × 4 = 40). Ihm ist der letzte Felsen vorgelagert (9 × 4, also Endzahl 40 — 4 = **36**).

3. Bedeutung der Warnungsfähnchen

Wir sind am Ziel. Doch, was bedeuten die Fähnchen im Einmaleinssee, denen wir auf der Fahrt so sorgfältig ausgewichen sind? Sie wollen uns warnen, weil an diesen gefährlichen Stellen ein Felsen fast bis an die Wasseroberfläche emporreicht. Weil wir ihn nicht sehen können, sind hier Warnungsfähnchen angebracht, damit wir der Gefahr vorsichtig ausweichen können. Diese wichtigen Stellen wollen wir uns besonders gut merken und bei jeder Reihe auswendig lernen (**3 X** = 1. Fähnchen, **7 X** = 2. Fähnchen, **8 X** = 3. Fähnchen).

Wenn sich die Schüler diese drei Zahlen jeder Reihe gut eingeprägt haben, werden sie mit den übrigen Stützpunkten zusammen jederzeit rasch wieder das ganze Einmaleins in ihr Gedächtnis zurückrufen können.
Mit Freude tragen die Kinder das Bild des Einmaleinssees für jede Reihe in ihr Rechnungsheft ein. Eine zusammenfassende Darstellung aller Einmaleinsstützpunkte ist auch für Drittklässler wertvoll, und sicher wird in ihnen der Wunsch aufsteigen, das Zehnereinmaleins in gleicher Weise darzustellen.

Zusammenfassende Darstellung



2	2+2	6	10—2	**10**	10+2	14	16	20—2	**20**
4	4+4	12	20—4	**20**	20+4	28	32	40—4	**40**
8				**40**					**80**
5				**25**					**50**
3				**15**					**30**
6				**30**					**60**
9				**45**					**90**
7				**35**					**70**
Anf'gsz.	➔doppelt		weg!➔	Mittelzahl	➔dazu!			weg!➔	Endzahl

Abb. 2

Die Zahlen der Warnungsfähnchen können anfangs als «unsichtbare Felsen» punktiert eingetragen werden, verschwinden aber, sobald sie die Schüler sicher auswendig wissen.

Wiederholungsaufgaben

Fahre mit dem 2er-Schiffchen zur Insel! – Wie heisst das Rechnungssätzlein?
» » » 4er-Schiffchen zum 1. Felsen! » » » »
» » » 8er-Schiffchen zum Felsen vor der Insel! ?
» » » 3er-Schiffchen » » nach » » !
» » » 6er-Schiffchen » » vor dem Endufer!
Welche Warnungsfähnchen gelten für das 9er-Schiffchen? Usw.

Das Bild im Schulbuch und seine Auswertung

Von Heinrich Pfenninger

Kinder messen mit andern Massstäben als wir Erwachsene. Eine Schulstunde dünkt sie länger als uns, ein Weg kommt ihnen weiter, ein Buch dicker vor als uns Grossen.
Schulbücher von heute fallen fast ausnahmslos umfangreicher aus als ihre Vorgänger. Die zunehmende Stoffmenge und das Streben der Verfasser nach Auswahlmöglichkeiten mögen daran schuld sein.
Wenn man sich aber die eingangs angedeutete Einstellung des Kindes zum Buche hinzudenkt, könnte man zu fatalen Schlüssen kommen. Wurde vielleicht der zuträgliche Umfang bereits überschritten?

Glücklicherweise finden wir in der Mehrzahl aller neuzeitlichen Schulbücher eine reichliche Menge Bilder. Diese meist hochwertigen Beigaben bedeuten manchem Kind gleichsam die Oasen in der Buchstaben-Einöde der Druckbogen. Kein Wunder also, dass der Schüler gerne und oft bei einer Bildseite zu verweilen pflegt. Mancher Schulmeister hat schon ärgerlich festgestellt, dass nicht selten ein Schäflein das Mitlesen vergisst und sich statt dessen auf einer Nebenseite einer stillen Bildbetrachtung hingibt. Oh, diese verflixten Helgen!

Es wird schon stimmen, dass der reine Text eines Schulbuches ungleich wichtiger ist als die dazwischen eingestreuten Bilder. Haben diese aber nicht auch ihre Vorzüge? Sehen wir etwas näher zu!

Einmal vermag das Bildbeschauen ein längeres Lesenmüssen (für schwächere Schüler ist das andauernde Buchstabenentziffern tatsächlich ein Müssen!) für Momente zu unterbrechen, aufzulockern. Nach einer kurzen Schaupause geht das Lesen wieder froher vor sich. Sofern das Bild den danebenstehenden Buchtext berücksichtigt, vermag es das Erfassen des Geschriebenen ohne Zweifel zu erleichtern. Was in den Zeilen und zwischen diesen versteckt ist, muss sich nämlich ein Schüler zuerst vergegenwärtigen. Hiezu braucht es innere Vorstellungskräfte, über die nicht jeder im gewünschten Umfange verfügt. Im Bilde dagegen liegen die Dinge bereits geformt vor des Betrachters Auge. Darum spricht die bildliche Darstellung gleichsam primär zum Aufnehmenden, während das gedruckt Ausgesagte erst nach der innern Verarbeitung zu Vorstellungsbildern werden kann; der Text wirkt darum im Vergleich zum Bilde sekundär. Man braucht sich also nicht zu wundern, weshalb das Auge so gern vom Text zum Bilde hinübergleitet.

Wer somit seine Schüler auffordert, ein Bild im Schulbuch gründlich zu betrachten, darf bestimmt auf ihre Bereitwilligkeit zählen. Eine Umfrage bei Kollegen hat indessen ergeben, dass allgemein viel häufiger als Schulbuchbilder sogenannte Wandbilder besprochen werden. Diese haben zwar (denken wir an die prächtigen Blätter des Schweizerischen Schulwandbilderwerkes) den Vorteil an sich, dass sie den Gegenstand farbenfroh darstellen, während das Schulbuch fast immer mit Schwarzweiss-Wiedergaben auskommen muss.

Die Vorteile des Schulbuchbildes liegen dagegen anderswo: Jeder Schüler besitzt es. Er hat es so nahe vor sich, dass er jeder Einzelheit nachgehen kann. Während beim Zusammenrufen einer grössern Klasse vor ein Wandbild disziplinarische Schwierigkeiten entstehen können, sitzt hier jeder Schüler am gewohnten Platz und betrachtet, ungestört durch Mitschüler, «sein» Bild. Er kann es überdies wiederholt zum genauen Betrachten heranziehen, nicht nur in der Schule, auch daheim in der Stille. Emanuel Martig schreibt in seinem Bande «Anschauungspsychologie»: «Zur vollständigen Erfassung ist meist ein mehrmaliges Anschauen erforderlich. Bei der ersten Betrachtung werden die einzelnen Teile und Eigenschaften oft nur unvollständig aufgefasst und eingeprägt. Je unreifer ein Kind ist, desto weniger ist ihm die vollkommene Erfassung des Gegenstandes auf einmal möglich.»

Verfolgen wir nun eine solche unterrichtliche Auswertung einer Buchillustration. Das Bildbeispiel stammt aus dem Lehrbuch: «Biblische Geschichte und Sittenlehre für das 4. Schuljahr», das 1945 im Kantonalen Lehrmittelverlag Zürich erschienen ist. Der überaus klare Holzschnitt wurde vom jungen Künstler Fritz Buchser, Zürich, beigesteuert und steht – dies mag für uns eiu

44
FB

besonderer Vorteil sein – in keinem direkten Zusammenhang mit einem daneben laufenden Text; er trägt sogar nicht einmal einen Titel. Unbeeinflusst von jeder Texterklärung tritt somit der Schüler vor «sein» Bild. Was er von diesem aussagt, darf deshalb als Ergebnis eigener Betrachtung gewertet werden, während er sich sonst vermutlich mindestens an gewisse Textausdrücke anzulehnen versucht fühlen könnte.
Dieses Bildbeispiel hat ferner den Vorzug, dass es eine allen Kindern bereits bekannte Handlung wiedergibt.

Auf der Titelsuche

Um gleich eingangs den Inhalt zu umschreiben, suchen die Schüler zuerst einen passenden Bildtitel. Aus den Vorschlägen:
Mutter hat Wäsche, Waschtag, In der Waschküche, Es wird gewaschen
wird der Titel «In der Waschküche» als der treffendste bezeichnet.

Genau hinsehen!

Ein Schüler erklärt mit wenigen Worten die Situation. Eine Mutter steht am Waschzuber, während ihr Töchterchen vor einer Zaine kauert und ein kleineres Knäblein draussen im Freien auf dem Boden sitzt.
Ein zweiter nennt in groben Zügen das tote Bildinventar.
Erst jetzt gibt der Lehrer das Wort frei für feinere Beobachtungen von Bildeinzelheiten. Die Klasse soll (nach Pestalozzi) angehalten werden, «einen bestimmten einzelnen Gegenstand richtig ins Auge zu fassen».
Meldungen verschiedenster Art (richtige und zu berichtigende) laufen ein (nachträglich inhaltlich geordnet):
Mutter: Sie windet soeben ein Tuch aus. Das ausgepresste Wasser fällt (tröpfelt) in die Gelte zurück. Die Mutter trägt Holzschuhe, eine Gummischürze, Bluse oder Rock mit kurzen Ärmeln, hat das Haar mit einem Tuch eingebunden. Die Mutter trägt ihr Haar gescheitelt. Die Mutter steht auf einem Brett (Schutz vor Nässe). Die Träger der Schürze sind eingenietet. Die Mutter schaut zum Kind hinab (wird bestritten).
Mädchen: Disput, ob es vor der Zaine kniet oder kauert. Das Mädchen trägt Bluse mit kurzen Ärmeln und umgelegtem Kräglein und bestickte Trägerschürze. Haare halblang, in der Mitte gescheitelt.
Knabe: Das Knäblein sitzt auf ausgebreitetem Tuch, trägt kurze Hosen ohne Träger. Die Füsse stecken in Halbschuhen oder Sandalen.
Innenraum: Links oben ein Fenster, rechts offene Türe. Dampf streicht durch die Türöffnung ins Freie. Die Türe öffnet sich nach innen. Die Waschküche liegt tiefer als der Erdboden; drei Tritte führen herab. Links hinten steht ein Waschherd. Eine Gelte steht auf niederer Bank, mit heissem Wasser gefüllt (Dampf steigt daraus auf). In der Gelte steht (an den Rand gelehnt) ein Reibbrett; in seinem Behälter liegt ein Stück Seife. Wäsche hängt am Geltenrand.
Draussen: Eine Zaine steht in kurzem Gras. Wäsche hängt am Seil, mit Klammern befestigt. Eher zu viele Klammern (!). Es bläst ein leichter Wind (Bewegung der Wäsche).
Unrichtig: Ein Mädchen kniet auf dem Boden und wäscht (!).

Was man leider nicht sieht

Bei der Suche nach Bildeinzelheiten sind die Schüler ungewollt auf Stellen gestossen, die (ihrer Meinung nach) unklar blieben. Sie erklären:
Ich weiss nicht, womit sich der Kleine draussen beschäftigt. Es ist nicht sicher, ob noch weitere Wäschestücke im Geltenwasser schwimmen. Wir haben uns gefragt, ob das Mädchen hinter der Zaine kniet oder kauert. Wir wissen nicht, ob draussen die Sonne scheint (fehlende Schatten).

Die Sprachlehre mischt sich darein

In der nächsten Sprachstunde wird unser Bild auf besondere Weise «zu Ehren gezogen». Es werden unterschieden:
flatternde Wäsche, spielendes Knäblein, dampfender Herd, arbeitende Mutter, wartendes Kind, stehende Stützen

und

aufgehängte Wäsche, ausgebreitetes Tuch, ausgewundene Leintücher, gespanntes Waschseil, gestickte Kinderschürze, eingeseifte Wäsche, aufgestelltes Reibbrett, angebrauchtes Seifenstück, eingebundene Haare, geöffnete Waschküchentüre.

Vermutungen

Das Dargestellte gibt zu allerlei Vermutungen Anlass. Wir sollen uns in solchen Fällen vorsichtig ausdrücken, damit man weiss, dass wir das, was wir sagen wollen, nicht beobachtet haben oder nicht beobachten konnten, dass wir nur annehmen, es sei so.

Vermutungen der Schüler (nachträglich geordnet):

Mutter: Die Frau schwitzt vielleicht. Sie studiert wahrscheinlich etwas. Sie hat den Kleinen ins Freie geschickt, weil es drinnen sicher feucht ist. Ich glaube, dass die Mutter sich freut, dass sie heute gutes Wetter erwischt hat. Wenn die Mutter mit der Wäsche fertig ist, wird sie gewiss müde sein. Ich vermute, dass die Mutter froh sein wird, wenn der Waschtag vorüber ist.

Mädchen: Es ist möglich, dass das Mädchen in die 1. Klasse geht. Vielleicht hat es seine Schürze selbst bestickt (wird bezweifelt). Ich glaube, dass das Kind seine Mutter eben etwas fragen möchte. Ich bin nicht ganz sicher, ob das Mädchen die Wäsche in der Zaine glattstreicht oder nicht.

Bube: Vielleicht kann der Kleine bereits etwas gehen. Ich vermute, dass er jetzt mit Wäscheklammern spielt. Es ist gut möglich, dass er draussen mit sich selber plaudert.

Drinnen: Sie vermuten, dass der Herd heiss sei, dass Wäsche im Kessel koche, dass der Waschkessel aus Kupfer sei, dass die Waschküchenwände feucht seien, dass irgendwo im Waschraum ein Wasserhahn angebracht sei.

Draussen: Es ist möglich, dass die Wäsche bald trocken ist, dass die Zaine bereitsteht zum Abnehmen der Wäsche, dass die aufgehängte Wäsche den Boden berühren würde, wenn das Seil nicht durch Stützen gehoben wäre.

Lassen wir sie einmal reden!

In einer Sprachstunde werden alle Sprechmöglichkeiten der dargestellten Personen ausprobiert. Es sollen jeweils Frage- und Ausrufesätze «durchgegeben» werden.

Mutter zum Mädchen: Bist du heute in der Schule fleissig gewesen? Gib acht, dass deine Schürze nicht nass wird!

Mutter zum Knäblein: Peterli, was treibst du eigentlich? Bleib nur schön auf deinem Tuch sitzen!

Mädchen zur Mutter: Müeti, sind dies die letzten Leintücher? Du, ich glaube, es siedet im Waschkessel!

Mädchen zum Brüderchen: Peterli, ist es dir langweilig? Lausbub, du darfst doch kein Gras abreissen!

Knäblein zur Mutter: Müeti, bist du bald fertig? Müeti, ich habe Hunger!

Knäblein zur Schwester: Vreneli, komm auch zu mir heraus! Du, warum kommst du nicht?

Das Leben geht weiter (Der nächste Bildmoment)

Wir gucken hier gleichsam einen Augenblick in eine Waschküche hinein. Wären wir auch nur einen Moment später gekommen, dann hätten wir ein etwas anderes Bild gesehen. Es ist fast wie im Kino: die Bilder bewegen sich, wenn man länger zusieht. Stellen wir uns einmal vor, wie sich unser Bild verändern könnte. Wir müssen diesmal nicht mehr «nur» vermuten. Wir dürfen frei eine Fortsetzung erfinden (Anregung der Phantasiekräfte).

Vorschläge aus der Klasse (nachträglich in 2 Gruppen geordnet):

Natürlicher Gang der Handlung

Die Mutter holt weitere schmutzige Wäsche herbei und legt diese in den Kessel. – Die Mutter geht zum Herd und holt dort heisses Wasser, damit sie die Wäsche spülen kann. – Die Mutter nimmt ein Wäschestück aus der Gelte und reibt es auf dem Brett mit Seife ein. – Die Mutter schickt das Mädchen hinaus; es soll draussen die Zaine holen, die unter der aufgehängten Wäsche steht. – Die aufgehängte Wäsche ist trocken geworden; die Mutter geht hinaus und nimmt sie ab. – Das Mädchen verabschiedet sich von der Mutter, weil es zur Schule gehen muss.

Überraschungen (Die unliebsamen sind in der Überzahl.)

Die Mutter gleitet aus, weil das Brett, auf dem sie steht, nass und glitschig ist. – Die Mutter nimmt eine weisse Bluse aus dem Waschkessel; diese fällt ihr aber aus der Hand, platscht auf den schmutzigen Boden vor dem Herd und muss nochmals ausgewaschen werden. – Das Feuer im Herd erlischt. Die Mutter merkt es erst nach längerer Zeit. Die Wäsche verzögert sich, weil nochmals der ganze Kessel frisch aufgeheizt werden muss. – Das Mädchen erhebt sich, geht zum Waschkessel hin und brennt sich dort gehörig. – Der Wind setzt stärker ein und reisst ein Leintuch vom Seil. – Die Mutter will weitere Wäsche aufhängen. Sie merkt, dass die Wäscheklammern nicht ausreichen. Sie schickt das Mädchen in die Wohnung hinauf, weitere Klammern zu holen. – Das Büblein will zur Mutter hereinkommen und stolpert die kleine Steintreppe herunter. – Der Kleine erhebt sich und zupft an der aufgehängten Wäsche herum. – Der Kleine beginnt Steine zusammenzulesen und diese in die Zaine zu werfen. – Der Kleine draussen steht auf, schwankt aber und fällt der Länge nach hin. Er schlägt sich den Kopf am Boden an und weint. Er schreit lauter. Die Mutter geht hinaus und versucht ihn zu trösten. Unterdessen tritt das Mädchen zur Gelte und wäscht das Stück Wäsche weiter, das die Mutter eben hat liegenlassen müssen. Wie die Mutter wieder hereinkommt, schimpft sie mit dem Kind, weil es sich inzwischen die ganze Schürze verspritzt hat.
Der Vater kommt von der Arbeit heim, zieht den Kittel aus und anerbietet sich, er wolle der Mutter helfen.

Die Vorschläge aus der Klasse stossen nicht selten auf Widerspruch:

Das Dienstmädchen erscheint unter der Waschküchentür und meldet, man könne essen. (Einrede: Wenn die Mutter ein Dienstmädchen besässe, würde sie wohl dieses in die Waschküche schicken und lieber selber kochen.)

Mutter hat es heute nicht leicht

Hinlenkung der Schüler zur Besinnung. Sie versetzen sich in die Lage der Mutter.

Die Wäschearbeit ist streng; die Mutter schwitzt und keucht manchmal ein wenig. – Die Mutter wäscht nicht nur für sich, sondern für die ganze Familie. – Die Mutter muss waschen und zugleich auf ihre zwei Kinder aufpassen. – Am Abend seufzt die Mutter, es tuen ihr alle Glieder weh.

Auswertung des gesammelten Wortschatzes

Aufsatzthemen: Meine Mutter hat Wäsche – Ich helfe in der Waschküche mit – Strenger Tag – Puppenwäsche – Gespräch in der Waschküche.

Neue bücher

Werner Brunner, Wandervorschläge für Schulen und Jugendgruppen. 132 s., mit 13 ganzseitigen fotos, biegsam kart., taschenformat, fr. 4.80. Verlag Kümmerly & Frey, Bern
Das praktische büchlein bringt 170 vorschläge für ein- und mehrtägige wanderungen in der ganzen Schweiz. Die projekte sind gewöhnlich nach folgenden untertiteln behandelt: route, wanderziele, marschzeiten, übernachtungsgelegenheit, hin- und rückfahrt (transportmittel), karten, literatur. Dazu kommen noch sechs seiten allgemeine hinweise, z. b. über die reisevorbereitungen. In einer nächsten auflage, die sicher bald nötig sein wird, dürfte man diesen teil stark ausbauen, etwa im sinn der broschüre «Schulreisen und Wanderungen», die vom schulamt der stadt Zürich herausgegeben worden ist. – Das büchlein sei allen wanderleitern wärmstens empfohlen! -om-

Auf Empfehlung der **3500** Lehrer und Lehrerinnen, Schulinspektoren, Seminarien, die das

Sprachbüchlein für die Unterstufe von Willi Eisenhut

mit 100 Übungen und Zeichnungen, ausprobiert haben, wird dasselbe **immer mehr klassenweise** angeschafft, mit der Begründung **«Diese Art Sprachschule wird nie langweilig und führt am sichersten zu gewandtem und richtigem Sprachgebrauch.»** 3. Auflage, 11–15000. Einzelpreis Fr. 4.–, für Schulen Fr. 2.80–3.80.

VERLAG HANS MENZI - GÜTTINGEN TG.

Auf Beginn des Winterquartals erscheint:

PIERRE BOREL

Vocabulaire systématique français-allemand

In Lwd. ca. Fr. 6.50

In der reichen Lehrmittelliteratur zum Französischunterricht fehlte bisher ein handliches Vokabular der Gebrauchssprache. Diese Lücke wird hier ausgefüllt, wobei zu bemerken ist, dass nicht ein blosser Dictionnaire mit alphabetischer Reihenfolge vorliegt, sondern ein Arbeitsbuch zur Mithilfe bei Aufsätzen und Übersetzungen, das Kapitel um Kapitel im Klassenunterricht durchgenommen werden kann. Die Klassierung der Wörter erfolgt nach Stoffgebieten und die Gruppierung nach ihrer Verwandtschaft.

WALTER WIDMER

Grammatisches Alphabet

der Regeln und Schwierigkeiten der französischen Sprache

In Lwd. Fr. 9.80. Klassenpreis von 10 Exemplaren an Fr. 7.80

Unter Stichwörtern wie «Tempuslehre», «Wortstellung» usw. verzeichnet das Buch die Hauptregeln der französischen Syntax, bietet also alphabetisch geordnet den gleichen Stoff wie eine gute systematische Grammatik.

*

H. GLÄTTLI und C. TH. GOSSEN

400 Gallicismes

à l'usage des élèves des écoles moyennes de la Suisse alémanique – Brosch. Fr. 2.40

Wichtige Wendungen und Eigenheiten des Französischen, die den deutschsprachigen Schülern Schwierigkeiten machen, sind hier in alphabetischer Reihenfolge (des deutschen Ausdrucks) zusammengestellt. Ein Hilfsbuch, um ein gewandtes, nicht «übersetztes» Französisch zu erreichen.

Durch jede Buchhandlung

A. FRANCKE AG. VERLAG BERN

Samuel Fisch

Goethe und die Musik

Mit Liedbeispielen

106 Seiten, in Pappband Fr. 8.80

Dieses soeben erschienene Buch über Goethes Verhältnis zur Musik ist den Goethe-Verehrern und den Freunden einer schlichten Hausmusik gewidmet

Heinrich Leemann

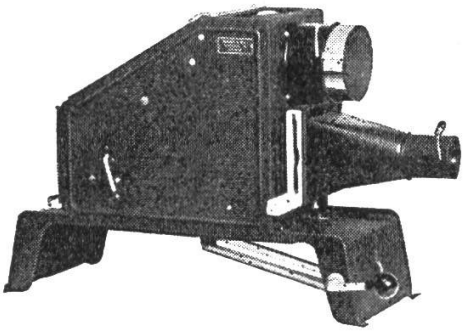
Wohlauf und singt!

Ein Lehrbuch in Lektionen für den Schulgesang nach Tonika-Do

140 Seiten, broschiert Fr. 7.–

Das ganze Bändchen atmet einen beglückenden Geist. Wo Schüler so in die Musik eingeführt werden, arbeiten sie begeistert mit. (Rudolf Schoch)

VERLAG HUBER & CO. FRAUENFELD



Epidiaskope, Kleinbild- und Diapositiv-Projektoren, Mikroskope Schmalfilm-Projektoren

sofort ab Lager lieferbar. – Prospekte und Vorführung unverbindlich durch

GANZ & Co Zürich
BAHNHOFSTR. 40
TELEPHON 23 97 73

Schweizer-Woche

15.-29. Okt. 1949

Dirigenten! **Gem. Chöre!**

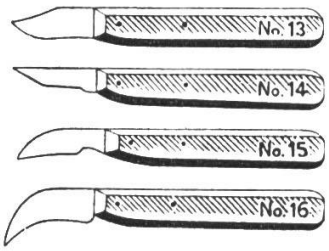
Drei neue gemütliche Länderliedli

mit viel Lokalkolorit: D'Länderchilwi, Luisjumpferli los, 's Dörfli am See.

Zügige Heimat- und Naturlieder

neu aufgelegt: Alpsegen, Rosenlied, Sauserlied, Und dr Vatter dängelet, Tanzreigen, Was mues mer ha zum glücklich si? usw. – Zur Ansicht vom Komponisten und zu beziehen durch jede Musikalienhandlg.

A. L. Gassmann - Walpurga - Vitznau



Schnitzmesser

in bekannt gut. Qualität. Für Schulen Mengenrabatte.

E. von Allmen
Messerschmiede
Burgdorf

Alle Bücher *bei*

Wegmann & Sauter Zürich I

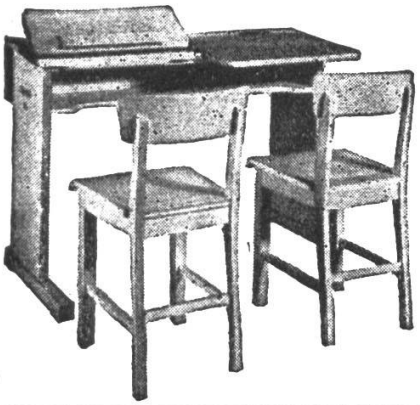
Buchhandlung Rennweg 28 Tel. 23 41 76

Knabeninstitut

Kollegium St-Marie - Martigny

Spezialkurs zur Erlernung der französ. Sprache

Eintritt: Ostern und September



Schultische, Stühle, Wandtafeln

usw. beziehen Sie vorteilhaft von
der Spezialfabrik für Schulmöbel

HUNZIKER SÖHNE, Thalwil

Telephon 92 09 13

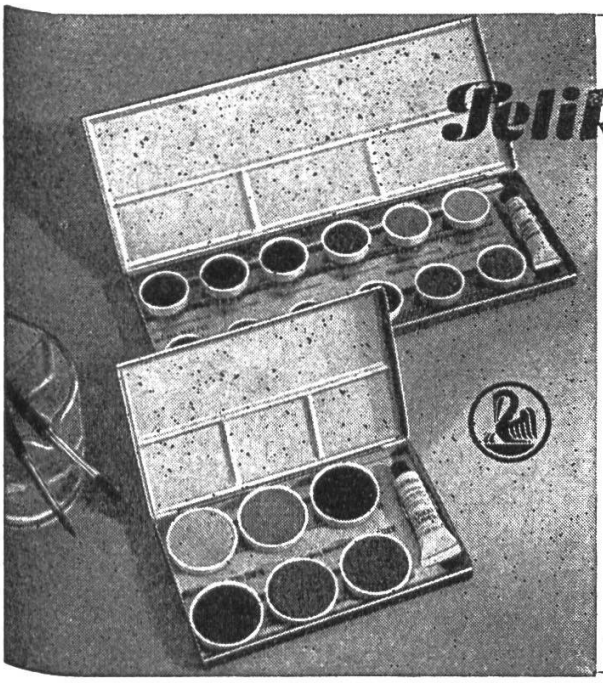
Älteste Spezialfabrik der Branche in der Schweiz
Beratung und Kostenvoranschläge kostenlos

Guter u. billiger Gartenmist mit

Composto Lonza

aus Gartenabfällen Laub, Torf etc.

LONZA A. G. BASEL



Pelikan -Farbkasten

Wasserfarben
in kleinen Schälchen:
66 DM/6 mit 7 Farben
66 DM/12 mit 13 Farben
in grossen Schälchen:
65 S/6 mit 7 Farben
65 S/12 mit 13 Farben

Deckfarben
in grossen Schälchen:
735 DM/6 mit 7 Farben
735 DM/12 mit 13 Farben

Erhältlich in Fachgeschäften

Zu verkaufen:
kreuzsaitig., modernes

Klavier

Nussbaum pol., neuwertig, vollständig durchrevidiert, mit Garantie. Billiger Preis, evtl. auch auf Teilzahlung.
Franko-Hauslieferung.

Piano-Haus **Bachmann**

St. Leonhardstrasse 39
St. Gallen
bei der Hauptpost

Inserieren
bringt Erfolg!

Modellieren -
beglückender Unterricht!

Viele Kinder machen rasche Fortschritte, Beobachtungsgabe und Ausdrucksfähigkeit werden geschärft. Und wie wenig braucht es dazu: Die Finger, ein Modellierhölzchen und den richtigen Ton. Keine teuren Werkzeuge sind erforderlich! Bodmer-Ton ist billig und wird seit Jahren in unzähligen Schulen verwendet. Er ist in 3 speziellen Qualitäten erhältlich.
Verlangen Sie GRATIS-Proben mit Preisliste. Eine vollständige Anleitung mit vielen Vorlagen wird gegen Einsendung von 90 Rp. in Briefmarken geliefert.

E. BODMER & CIE.
Tonwarenfabrik Zürich

Uetlibergstraße 140
Telephon (051) 33 06 55

Die Sorgen des Chordirektors schwinden,

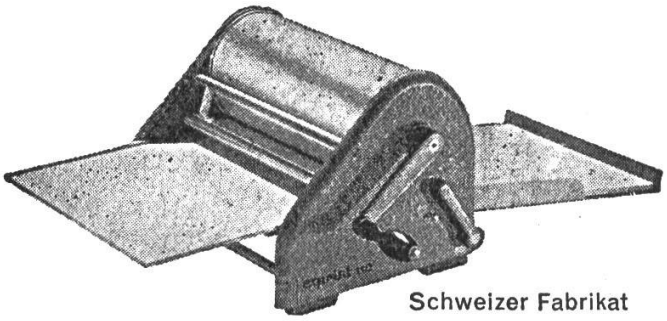
wenn er unsere Auswahlsendung in

Chorliedern für Männerchor, gem. Chor, Frauenchor

durchgesehen hat. Er sieht dann, dass nach seinen Wünschen fachmännisch zusammengestellt, das Gesuchte da ist.

MUSIKVERLAG WILLI IN CHAM

exprint **vervielfältigt ohne Farbe und Matrize**
vervielfältigt Bleistiftzeichnungen, Maschinenschrift



Schweizer Fabrikat

Schulleiter L. in Uster schreibt: . . . dass wir bis jetzt mit dem Umdruckapparat «Exprint» sehr zufrieden sind. Ich benötige den Apparat für Zirkulare, Stundenpläne, speziell aber für Klausuren und Hefteinlagen für Schüler. Mein Kollege und ich haben seit letzten Herbst viele Tausend Vervielfältigungen gemacht, und wir könnten uns unsere Arbeit **ohne den Apparat gar nicht mehr vorstellen.**

Generalvertrieb der «Exprint»-Umdruckmaschinen und Zubehöre:

H. HÜPPI, Zürich, Birmensdorferstrasse 13, Tel. 23 45 66

Peddigrohr
Raphiabast
Bastmatten
Anleitungshefte
Hanfbindfaden
farbig, zum Knüpfen v. Markttaschen

S. Meier, Schaffhausen
Korbmaterialien

in St.Gallen

am Unionplatz, neu renoviert, empfiehlt sich für prima Patisserie, Glace, erstklassige kalte und warme Küche - Diverse Weine und Biere

H. Kränzlin, Telephon 2 36 84

Alle Inserate durch

Orell Füssli-Annoncen

Zuger Schul-Wandtafeln

sind immer beliebter! Machen Sie sich die 30jährige Erfahrung und Verbesserungen zu Nutzen. Mit einer Ausnahme werden alle Modelle der Grösse Ihrer Verhältnisse angepasst. Verlangen Sie illustriert. Prospekt und Offerte.

Kennen Sie schon den neuen, gesetzl. gesch.

Zuger Schultisch?

Interessenten wird eine Mustergarnitur für einige Wochen in den praktischen Schulbetrieb zur Verfügung gestellt.

E. Knobel, Zug, Nachf. von J. Kaiser

Schulmobiliar, Möbel, Innenausbau

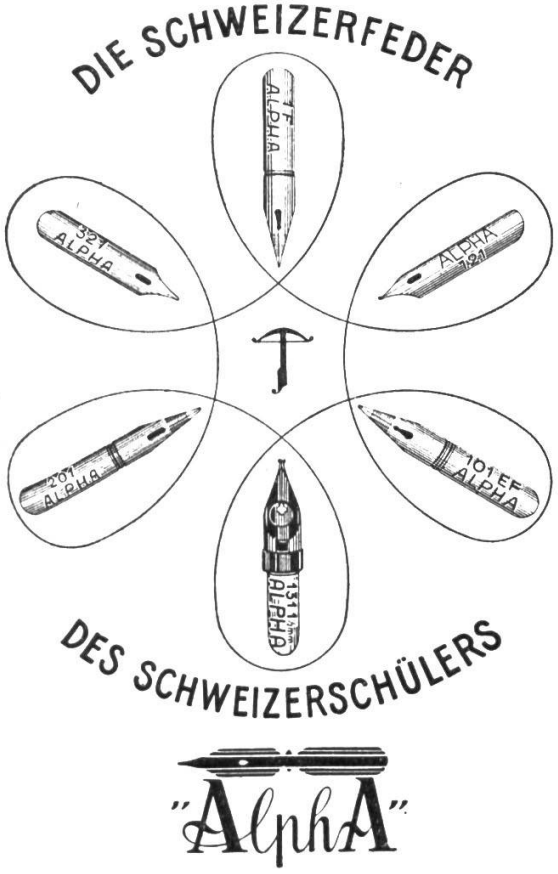
Eidg. Meisterdiplom Tel. (042) 4 22 38

Schnitzmesser

wie sie in den Kursen von **Chr. Rubi** verwendet werden, beziehen Sie vorteilhaft beim Fabrikanten

E. Klötzli, Messerschmiede Burgdorf

Preisliste gratis



SKV

Erprobte Lehrmittel

für Handels- und Mittelschulen

Französisch

Aus dem Leben. Von Dr. B. Fenigstein und Dr. E. Stauber. 5. Aufl. 168 S. Geb. Fr. 4.80

Französische Grammatik und Lesebuch.

Correspondance commerciale française. Technique de la lettre et formules générales usuelles. Conclusion d'une première affaire. Avec vocabulaire.

Von Prof. Dr. L. Degoumois. 4. Aufl. 64 S. Fr. 5.50

Lernbüchlein für Französisch. Die unregelmäßigen Verben und ihre nächsten Verwandten unter den Substantiven, Adjektiven und Adverben im täglichen Sprachgebrauche.

Von O. Müller. 2. veränderte Aufl. 88 S. Fr. 3.40

Italienisch

Avviamento allo studio della lingua italiana. Von Dr. E. Fromaigeat und M. Grütter. 3. Aufl. Fr. 7.70

«Eines der besten, der uns bekannten Lehrmittel der italienischen Sprache.» (Schulblatt Basel-Stadt)

Englisch

Lehrbuch der englischen Sprache. Von Dr. W. Walker. 7. Aufl. 164 S. Geb. Fr. 5.80

Keine systematische Grammatik, sondern ein praktischer Lehrgang, der die Schüler mit den Schwierigkeiten der Aussprache und den wichtigsten grammatikalischen Regeln bekannt macht.

England Calling! An English Reader by Dr. H. Meier. 2. Aufl. 64 S. Fr. 3.—

Buchführung

Doppelte Buchhaltung. Von J. Burri und A. Märki. 2. Aufl. 120 S. mit Beilagen. Spiralheftung Fr. 7.20

Das neuzeitliche Lehrbuch für Handelsschulen.

Staatskunde

Staatskunde. Die schweizerische Demokratie. Von Dr. R. Just. 5. Aufl. 75 S. Brosch. Fr. 3.60

Eine vorzügliche Einführung in das Wesen und die Eigenart unserer Demokratie.

Zu beziehen durch den Buchhandel und beim

Verlag des Schweiz. Kaufmännischen Vereins Zürich

SKV

Die Generaldirektion PTT, Sektion für Information, Bern

stellt den Schulen
Normal- und Schmalfilme, Lichtbilder
und ausgearbeitete Vorträge
unentgeltlich zur Verfügung

Verlangen Sie das Verzeichnis der Filme und Lichtbilder

FREMO

Fremo
Süssmost

beliebt - bekannt - bevorzugt

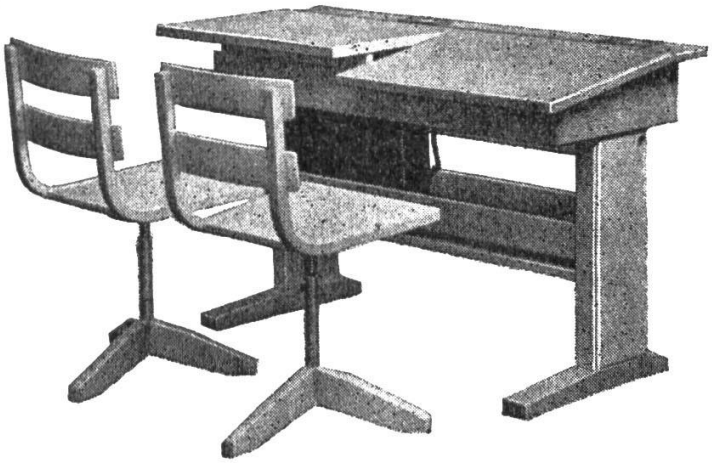
Freiämter Mosterei, Muri (Aarg.)

Tel. (057) 8 11 04

Ihre Helfer

Eine **«Psychologie der Person»** schrieb Prof. E. Schneider für den Lehrer (Fr. 16.–). Das neue **Chemiebuch** (Fr. 5.50) ist «ein ebenbürtiges Gegenstück» zur bewährten **Naturgeschichte** (Fr. 6.–), die in 2. Aufl. neu erschienen ist. Der alte Kamerad, Kassers **Tagebuch des Lehrers**, liegt schon in 20. Aufl. (Fr. 3.60) vor. Auch das **Französisch**-Lehrmittel von E. Keller (I, II, je Fr. 3.–, Band III Fr. 6.–) hat von seiner Lebendigkeit nichts eingebüsst. Die **Schweizer Realbogen** entwickeln sich weiter, schon liegt Nr. 104/5 vor. Auch die **Lese-Quellen- und Übungshefte** wachsen weiter. Besonderer Beliebtheit erfreuen sich immer die **Berner** und **Schweizer Heimatbücher** (je nur Fr. 3.50) wegen ihres Anschauungsmaterials.
Alles steht **unverbindlich** zur Einsicht bereit. Bitte das Sie Interessierende **sofort** verlangen!

VERLAG PAUL HAUPT, BERN



Patent angemeldet

THOBLO seine Vorteile:

1. In der Höhe verstellbar; einfache, unsichtbare Mechanik
2. Horizontal und schräg verstellbares Tischblatt
3. Platz zum Aufbewahren der Schultornister oder Mappen
4. Abgeschlossenes Fach für die Schulmaterialien
5. Solider Fuss, keine Kippgefahr

Immer noch ist das schöne Holzmöbel, mit handwerklichem Können praktisch und solid hergestellt, angenehm und gibt jedem Raum eine behagliche, warme Stimmung.

Der neue Schultisch **THOBLO**

ist ganz in Holz konstruiert, vermittelst einfacher, unsichtbarer Mechanik **in der Höhe verstellbar** u. kann so den verschiedenen Grössenverhältnissen u. Schulklassen individuell angepasst werden. Er ist in der Preislage **äusserst günstig** u. entspricht bestimmt Ihren Wünschen nach einem wohnlichen Schulzimmer. Dazupassende Stühle, ebenfalls in der Höhe verstellbar, sowie stilgerechtes Lehrerpult. Verlangen Sie bitte Katalog und Offerten oder besichtigen Sie den THOBLO beim Hersteller

Ferd. THOMA, Jona

Möbel- und Innenausbau

Tel. (055) 2 15 47

Le pays de Fribourg et la Gruyère

Que de belles courses en perspective, avec les

Chemins de fer fribourgeois

Gruyère–Fribourg–Morat (GFM.)

Billets collectifs au départ des gares C. F. F. Trains spéciaux. – Fribourg, téléphone 21263; Bulle téléphone 27885

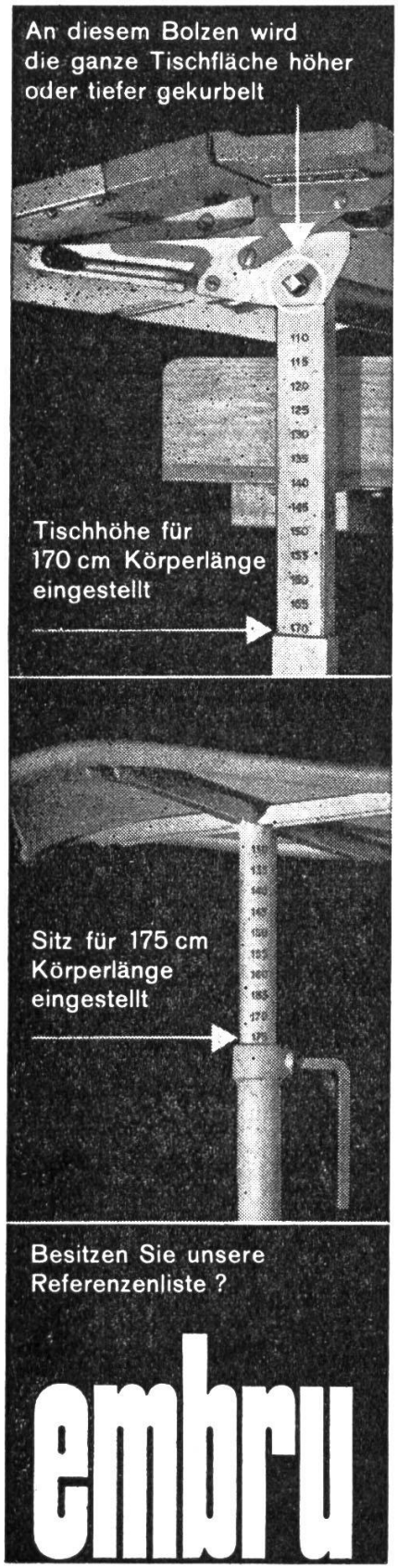
Buchhaltung

für Sekundar-, Gewerbe- und Fortbildungsschulen, von A. Lüthi, Sekundarlehrer, Schwarzenburg

Ein Lehrer schreibt: Ich habe mit Ihrer Buchhaltung sehr gute Erfahrungen gemacht. Obwohl ich dem Fache Buchhaltung sehr skeptisch gegenüberstand, habe ich es nachher auf Grund Ihrer wirklich klaren Darstellung liebgewonnen und wirklich wider mein Erwarten gute Erfolge erzielt. Auch meine Schüler wünschten pro Woche 2 bis 3 Stunden statt nur eine.
Das Lehrmittel erscheint im Selbstverlag. Ansichtssendungen u. Ausk. durch d. Verfasser.

Lehrmittelverlag sucht Manuskripte

Offerten unter Chiffre NS 951 St an Orell Füssli-Annoncen Zürich 22.



„Ruedi Hug - ein-vierevierzg!"

Das periodische Nachstellen der Embru-Schultische und -stühle auf die Körperlängen der Schüler begünstigt das Angewöhnen gesunden, korrekten Sitzens. Embru-Möblierung macht die kostspieligen Schulbanktransporte bei Klassenwechsel überflüssig. Im gleichen Tempo wie das Kind lässt man auch Tisch und Stuhl „mitwachsen".

EMBRU-WERKE AG RÜTI (ZCH)