Zeitschrift: Pädagogische Blätter: Organ des Vereins kathol. Lehrer und

Schulmänner der Schweiz

Herausgeber: Verein kathol. Lehrer und Schulmänner der Schweiz

**Band:** 4 (1897)

Heft: 11

**Artikel:** Due Gesundheitspflege in der Schule [Schluss]

Autor: Lang, J.B.

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-535704

#### 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:** 13.12.2025

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

## V. Berwendung.

- a. Moralische Bermenbung:
- 1. Sei vorsichtig im Urteil! Ein freventliches, voreiliges Urteil kann: großes Unheil stiften.
  - 2. Demut ift ber Unfang aller Beisheit.
- 3. Martha, Martha, du machst dir viel zu schaffen und fümmerst bich um sehr viele Dinge, nur eines ist notwendig.
- 4. Sammeln wir uns Güter, die, wenn wir Schiffbruch leiden, mit uns ans Land schwimmen.
- 5. Wenn ihr nicht werdet wie die Kleinen, so werdet ihr nicht ins himmelreich eingehen.
- 6. Rasch tritt der Tod den Menschen an! Lebe so, daß du ihn nie fürchten mußt.
- 7. Mit Gott fang an, mit Gott hör' auf, das ist der schönste: Lebenslauf.
  - b. Intelleftuelle Bermendung:
  - 1. Umfegen in Profa, mundlich und schriftlich.
  - 2. Der Winterabend. Gine Beschreibung.
  - 3. Abend und Alter. Gine Bergleichung.
  - 4. Schriftliche Abfaffung der Bunftation.
  - 5. Memorieren und regitieren.

# Die Gesundheitspflege in der Schule.

Von J. B. Lang, Lehrer in Sohenrain. (Schluß.)

II. Und nun die verschiedenen Unterrichtsfächer. Diese tönnen ebenfalls mit großem Erfolge in den Dienst der Gesundheitspflege gestellt werden.

Un erster Stelle nenne ich den Religionsunterricht. Die biblische Geschichte führt uns herrliche Beispiele von der Reinheit, Mäßigfeit und Enthaltsamkeit vor. Zugleich zeigt sie auch Beispiele der Unkeuschheit und Unmäßigkeit, des Neides und des Zornes. Un der Hand
dieser Beispiele läßt sich viel für die Sache der Gesundheitspflege tun.
Gott will, daß der Mensch sein Leben nicht selbst verkürze, sondern es
solange gesund erhalte, als es in seinem heiligen Willen liegt. Darum
mache der Lehrer die Kinder auf die Folgen des Zornes und des Neides, der Unmäßigkeit und der Unkeuschheit, jedoch ohne Verletzung des
sittlichen Gefühles, ausmerksam. Er schildere ihnen die zeitlichen und
ewigen Folgen dieser Laster.

Im Leseunterrichte sollen nicht nur ethische Lesestücke zur Gelt=
ung kommen, sondern man ziehe auch solche Stücke herbei, die für die Gesundheitspflege geeigneten Stoff enthalten. Das Lesen und das Ver=
ständnis können an diesen Stücken ebenso gut geübt werden, als an Er=
zählungen und Beschreibungen. Unser Realbuch enthält für die Ober=
klassen einen Abschnitt über Gesundheitspflege. Ich greife hier nur
einige Überschriften heraus:

- 1. Bon ber Luft und ber Wohnung.
- 2. Bon ber Rleidung und ben Betten.
- 3. Bon ber Reinlichkeit.
- 4. Wie foll man effen?
- 5. Bon den Nahrungsmitteln.
- 6. Bon ben reigenden Betränfen.
- 7. Das Rauchen.
- 8. Pflege ber Sinnesorgane.

Das sind lauter Sachen, die für die Gesundheit von eminenter Wichtigkeit sind. Es ist nur zu wünschen, diese Lesestücke möchten im Dienste der Gesundheitspflege Verwendung finden.

Vom Aufsahunterrichte verlangt man, daß er praktisch sei. Ist er nicht praktisch, wenn er die Gesundheitspslege ebenfalls berücksichtigt? Ich glaube, dies unbedenklich bejahen zu dürsen. Was will der kranke Mensch mit all seinem Wissen und Können, wenn sein Körper der Gesundheit entbehrt! Nur der gesunde Körper ist im stande, die Lasten und Drangsale des Lebens zu ertragen. Wer eine eiserne Gesundheit sein Eigen nennt, wird im Kampse ums Dasein nicht unsterliegen. Es ist daher wohlbegründet, wenn die Volksschule im Aufsahunterrichte der Gesundheitspslege ein Plätchen einräumt.

Für die Oberklassen nenne ich nur einige Themen, die in dieser Beziehung Berücksichtigung verdienen:

. 1. Reinlichteit. 2. Die Augen. 3. Die Ohren. 4. Die Mäßigkeit im Effen. 5. Sorge für die Gesundheit. 6. Sei vorsichtig im Trinken. 7. Bon der Rleidung. 8. Les bensregeln. 9. Die Luft. 10. Die Wohnung. 11. Das Bett. 12. Das Schlafzimmer. 13. Arbeit und Ruhe. 14. Der Schlaf. 15. Uebe deine Kräfte. 16. Der Branntwein. 17. Das Rauchen. 18. Bon den Bergiftungen. 19. Mittel gegen Bergiftung. 20. Einige erprobte Hausmittel. 21. Berhaltungsmaßregeln dei Gewittern. 22. Behandlung Ertrunstener, Erkickter, Scheintoter, Ohnmächtiger, 20.

Man könnte aus diesem Gebiete noch Vieles verwenden; allein dabei darf man die anderen Gebiete nicht vernachlässigen. Wenn man in jedem Aurse der Oberschule nur einzelne Gebiete berührt, so erhält man doch etwas, das im spätern Leben von großem Nußen sein wird.

Der naturkundliche Unterricht liegt in unsern Schulen größtenteils im Argen, weil seine Bildungszwecke, sowohl der formale als der materiale, vielsach unterschätzt werden. Neben der Übung des Geistes und der Gewinnung von Kenntnissen bringt der naturkundliche Unterricht wohltuende Abwechslung in das Alltägliche. Dazu regt er die denkfaulen Schüler zur Selbsttätigkeit an. Aus diesen Gründen ist diese Unterrichtsdisziplin besser zu kultivieren; zudem kann sie ganz vorzüglich in den Dienst der Gesundheitspflege gestellt werden.

Der praktische Unterricht in der Naturkunde befaßt sich zunächst mit der Welt, die den Menschen unmittelbar umgibt. Was liegt da näher als Luft, Licht und Wasser, deren Einflüsse auf das Wohl und Wesen des Menschen von großer Bedeutung sind? In der Pflanzenkunde wird sich der verständige Lehrer, von höheren Gesichtspunkten abgesehen, vorwiegend mit denzenigen Pflanzen beschäftigen, die dem Menschen von besonderen Nutzen sind. Neben den Futtergräßern gereichen ihm aber die Heilkräuter zum besondern Vorteile. Diese können auf eine Art und Weise behandelt werden, daß sie ebenso gutes Material für den Unterzricht liesern als die Tanne und Buche.

In den Unterklassen kommen die Getreidearten und Sträucher zur Behandlung. Die letzteren können sast ausschließlich zu Heilzwecken verwendet werden, von den einen die Blüten, von den andern die Früchte und von den dritten Blüten und Früchte zugleich. Sie alle liesern vorzügliche Heilmittel gegen verschiedene Krankheiten. Sollte nun der Leherer nicht auf ihre vom Schöpfer erhaltene Heilkrast ausmerksam machen dürsen? Der allmächtige und weise Schöpfer hat die Heilpslanzen zum Wohle der Menschheit erschaffen. Warum sollte sie deren Heilkrast nicht kennen lernen und erproben?

Bei der Behandlung der Getreidearten mache der Lehrer die Kinder auf die Bereitung und Verwendung des Schrotbrotes und des Malzkaffees aufmerksam. Dies bringt unseren Leuten mehr Nutzen, als lange Beschreibungen. Dadurch trägt der Lehrer nicht nur dazu bei, die Gesundheit unseres Volkes zu stärken und zu hüten, sondern auch manch schönes Stück Geld zu sparen.

Der Frühling oder der Sommer rufen dich mit deiner Schülerzahl hinaus auf Feld und Flur, in den Wald und auf den Berg. Auf deisnen Wegen grüßen dich tausend und aber tausend Blümchen aller Art. Sie strecken dir die Köpschen zum Kusse hin. Du bist so frei, einige zu pflücken; denn die einen erfreuen dich durch ihre Pracht, die andern dagegen durch ihren balsamischen Duft. Die letzteren sind oft nur unsicheindar in ihrem Gewande, bergen aber in ihrem Innern einen heilsamen Saft.

Am Wege grüßt dich der Struwelpeter. Gi, was? der Struwelspeter? Ja, ja! der Struwelpeter ist eigentlich der Wegwart oder die Cichorie. Sein Aussehen ist struppig, sein Inneres aber ift golden. Thee

von Wegwart hebt Verschleimung im Magen, nimmt die überstüffige Galle, — beim Schulmeister ganz vortrefflich — reinigt Leber, Milz und Nieren. Ist dir ein Glied im Schwinden, Wegwart in Spiritus angessetzt, tut dies verhindern.

Nicht weit vom Wege blüht der Augentrost. "Zum Lohn und aus Dankbarkeit für treue Dienste haben ihm unsere Voreltern diesen schösenen Namen gegeben." Ist dein Auge krank oder schwach und will kein Mittel mehr die Heilung bringen, dann sammle dieses Kräutchen und bereite aus seinen Blättern und Blüten einen Thee, bade täglich 2—4 mal deine Augen darin und lege nachts kleine Fleckchen, in den Tee gestaucht, auf das kranke Auge; bald wirst du seine heilende Krast verspüren. Dein Auge wird gesunden; die Sehkrast gestärkt sein.

Der Weg führt dich auf einen Berg. Was für ein Blümchen blickt dort auf kurzem Schaft so wehmutsvoll zu dir herüber? Es ist die Arnica-montana. Kennst du ihre Kraft? Pslücke dieses Blümchen, lege es in Spiritus; du erhältst daraus die Arnica-Tinktur. Hast du eine schmerzende Wunde, komme sie von Schlag, Stich oder Schnitt, gleichwohl woher, wasche sie mit durch Wasser verdünnter Arnica-Tinktur aus, lege Kompressen auf. Welch ein Wunder! In kürzester Frist ist deine Wunde vollständig verschwunden.

Du trittst in den Wald. Bäume und Sträucher sesseln die Aufmerksamkeit. Du wendest deine Augen nach allen Seiten. Überall winten dir Heilpstanzen entgegen, so die Engelwurz, der Zwergholunder, der Weißdorn, der Enzian, die Erdbeere, die Heidelbeere, der Wachholder 2c.

Und lenkst du deinen Fuß in Feld und Flur, so winken idir zu: Tausendguldenkraut, Spikwegerich, Schlüsselblume, Pfesser= und Wasser= minze, Johanniskraut, Huflattich, Fenchel, Zinnkraut, Bockhornsklee und Avena sativa 2c.

Haft du das Berlangen, noch mehr Heilkräuter kennen zu lernen, so greife nur zu Kneipps Kräuteratlas. Er ist zwar etwas teuer; aber das ausgeworfene Geld ist gut angelegt. Mit Zins und Zinseszinstommt es dir und deinen Schülern zu nuten. Zeige ihnen eine Ab-bildung einer Heilpstanze, du kannst sicher sein, am nächsten Morgen oder Mittag ist dein Pult mit den gewünschten Pflanzen dekoriert.

So oft dir nun eine solche Pflanze gereicht wird, bilden die Schüler einen Areis. Du stellst dich in dessen Mitte. Zetzt beginnt der Unterricht. Bor den Augen der Schüler und unter ihrer Mitarbeit wird die Pflanze mit dem Messer zerlegt, die einzelnen Teile werden angeschaut und beschrieben. Zuletzt wird auf ihre vom Schöpfer erhaltene Heilkraft aufmerksam gemacht. Auf diese Weise wird der Unterricht anschaulich und lebendig, die Belehrung leicht vom kindlichen Geiste erfaßt und dauernd behalten. Das Wissen wird erweitert, während durch den Spaziergang und den Aufenthalt in der frischen Luft die Gesundheit gestärft und gesträftigt wird. Überhaupt sollten die Kinder mehr ins Freie geführt werden, als dies geschieht. Der Unterricht kommt dadurch nicht zu kurz. Dieser und die Gesundheit der Kinder können nur gewinnen.

Auf diese Weise treibt man Naturkunde im Dienste der Gesundheitspflege auf einfache und angenehme Art. Die Kinder gehen gedankenlos auf ihrem Schulwege an der Pflanzenwelt vorüber. Nein sie werden vielmehr dieselbe sinnig betrachten und dabei wohl auch bestenken, welch guter, vorsichtiger, weiser Bater der Schöpfer aller dieser Pflanzen ist.

Auch der Rechnungsunterricht soll seinen Anteil an der Gesundheitspflege für die Schüler haben. Es gibt im täglichen Leben so viele Verhältnisse, welche richtig aufgefaßt und angepackt dazu helfen, daß die Kinder die Gesundheit schäßen, stärken und schüßen lernen.

Man ruft uns zu: Übet die Sinne, entwickelt die geistigen Kräfte; aber schonet und pfleget sie auch!" Ja, wohl! Wir sollen die Sinne üben und die geistigen Kräfte entwickeln; aber bei allem dem sollen wir die lieben Kleinen nicht durch allzugroße Anstrengungen leiblich und geisstig schwächen. Namentlich sind die Anfänger nicht allzusehr in Anspruch zu nehmen. Der luz. Lehrplan fordert von diesen in den 4 Sommersmonaten zu viel. Es wäre daher wohl am Platze, wenn der Lehrstoff sür die erste Klasse in 2 Semestern gelehrt und gelernt werden könnte. Die schweren Folgen der Überanstrengung: "schlechte Augen, gänzlicher Edel an allem Unterrichtsstoff und Unfähigkeit für die Zukunst" sollten die Einsicht bringen, daß die Behörden in dieser Hinsicht abrüstend einzgreisen würden zum Wohle, der Eltern und der lieben Kleinen. Möge dies geschehen!

Wilt auch für die Schweiz. Der preußische Kultusminister hat im Verein mit dem Landwirtschafts und dem Handelsminister über die religiöse Unterweisung in den Fortbildungsschulen solgenden Erlaß an die Regierungspräsidenten gerichtet: "Es ist wiederholt der Wunsch ausgest rochen worden, und hat auch in den Verhandlungen des Landtages Ausdruck gefunden, es möchte den Zöglingen der gewerblichen und ländlichen Fortbildungsschulen eine Förderung ihrer rerligiösen Erziehung zu teil werden. Dies kann, da die Aufnahme des Religionsunterrichtes in den Lehr= und Stundenplan der Fortbildungsschule nicht möglich ist, am besten dadurch erreicht werden, daß die Geistlichen beider Ronsessionen durch Unterweisung und belehrende Verträge, die womöglich in den Räumen der Fortbildungsschulen und im Anschluß an den Unterricht stattsinden, die religiöse Erstenntnis der Zöglinge zu verziesen und ihren religiösen Sinn zu wecken und zu sördern suchen. Euer Hochwohlgeboren ersuchen wir daher ergebenst, gesälligst die Vorstände der Fortbildungsschulen dahin geneigt zu machen, daß sie den Geistlich n auf ihren bezüglichen Wunsch die Schulräume zur Versügung stellen und ihnen auch sonst die Ausrichtung ihrer Arbeit auf sede Weise ermöglichen und erleichtern."