Zeitschrift: Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform

Herausgeber: A. Vogel

Band: 3 (1931-1932)

Heft: 4

Artikel: Turnen und Krabbeln

Autor: Weber, Anni

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-968621

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: 24.08.2025

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

TURNEN UND KRABBELN.

Von Anni Weber, Arnsberg i. W.

Es gibt für mich kaum etwas Bejammernswerteres als ein Säuglingsbündel, das arme, mumienhaft umschnürte «Wickelkind»! Ist es nicht genug, dass das junge Menschentierlein nicht sagen kann, was es leidet, wünscht und braucht, muss die, die ihm zu Schutz und Hilfe am nächsten steht, ihm auch noch in aller Liebe und Sorge die Strampelbeine abschnüren?

Zwar ist die Wickelschnur heute meist nur noch auf dem Lande üblich, in den Städten hat sie eine Lockerung erfahren, indem man den Säuglingswickel mehr und mehr nur noch aus verschiedenen dicken und dünnen Tüchern, schlimmstenfalls mit Gummistoffeinlage, herstellt. In späteren Monaten fällt er dann ganz und macht dem Windelhöschen und der Unterlage Platz. Wie manche unruhige Nacht für Mutter und Kind, wie viel Säuglingselend und Mutterjammer würde erspart, wenn die Kinder allgemein vom ersten Tage an volle Strampelfreiheit geniessen dürften! Dass dies gut durchführbar ist, haben die Kinder bewiesen, die auf Torf aufwuchsen, und es ist nur natürlich, dass die Zahlen ergeben, dass Torfkinder sich im Gegensatz zu Wickelkindern durchschnittlich ganz bedeutend schneller und besser entwickeln, denn abgesehen von den Vorteilen einer besseren Hautatmung ist das ungewickelte Kind durch seine ungehemmte Bewegungsfreiheit weit bevorzugt.

Im Jahrzehnt der Leibesübungen kommt man mehr und mehr dahinter, wie unendlich wertvoll für die Entwicklung unseres Körpers und Geistes die stetige wohlgeleitete Übung der Glieder auch für den Säugling ist. Um aber einen Säugling «turnen» zu lassen, ohne dass es ihm statt der gewünschten Vorteile schwere Gefahren bringt, bedarf es für Mutter oder Pflegerin eingehender Kenntnis des kleinen Körpers und tätiger Vorbildung. Es ist hier nicht der Raum, um im einzelnen über Säuglingsturnen anzuleiten, es gibt darüber bereits manches gute Buch, und in grösseren Städten Mutterkurse.

Nicht alle Mütter haben die Zeit, sich so eingehend mit diesem kleinen «Sonderstudium» der Säuglingspflege zu befassen. Auch sie können ihr Kind turnen lassen, ohne selbst dabei etwas anderes tun zu müssen, als den natürlichen Bewegungsdrang des Menschleins sich betätigen zu lassen. Immer wenn man einen Säugling auf flacher, fester Unterlage möglichst unbekleidet sich selbst überlässt, beginnt unmittelbar ein Gliederspiel, das deutlich Vergnügen bereitet. Zuerst sind es froschartige Beinstösse, die das auf dem Rücken Liegende mit unglaublicher Ausdauer übt. Dreht man es um, so setzen sich sehr bald diese Kniebeugen in erste Krabbelversuche um. Mit kleiner Sohlenstützung kann ein siebenwöchiges Kind schon mehrmals den Weg von der einen

Kante eines grossen Tisches, auf den man eine Steppdecke breitet, zur andern bewältigen. Die Arme kommen beim Neugeborenen erst an zweiter Stelle. Aber auch sie helfen bald kräftig mit zur Fortbewegung in der Bauchlage. Das Köpfchen wird dabei noch lange Wochen, auf einem Bäckchen liegend, vorgeschoben, da die Nackenmuskeln erst viel später stark genug sind, es hochzuhalten.

Aus Bauch- und Rückenlage ergibt sich für den Säugling eine für ihn nie langweilig werdende Reihe Muskelübungen, die in jeder Beziehung vollkommen sind, da sie aus der jeweiligen Entwicklungsstufe in natürlicher Steigerung mit den wachsenden Kräften jeden Tag neu geboren werden, zweckmässiger und in Wahrheit «heilgymnastischer», als der gewissenhafteste Arzt und Anatomieprofessor sie zusammenstellen könnte.

Am wichtigsten für das Gedeihen des Kindes ist natürlich, dass wir es möglichst früh und möglichst oft, noch besser immer in die Lage versetzen, nach Herzenslust turnen zu können. Nicht nur, wenn die Mutter gerade Zeit hat. Wer kann wissen, ob das Kind dann nicht gerade müde ist oder viel zu hungrig, um rechte Turnstimmung zu haben? Nicht erst, wenn es gross genug ist, wenn Krabbeldecke und Laufställchen in Betrieb treten, es ist vom ersten Tage an «gross genug», seine Glieder durch Bewegung zu stärken! Wir müssen dem Kinde das ständige Lager als rechte Turnstätte schon für sein erstes Vierteljahr zurichten, das ist alles, was es braucht. Dazu muss die Liegefläche fest und eben sein (in Federn lässt sich weder turnen, noch gut davon ausruhen). Die Decke darf nicht schwer lasten und damit die Turnfreude in Ärger verwandeln, vom Wickel, dem Marterwerkzeug, gar nicht mehr zu reden! Die Beinchen sollten sich, wann immer es ihnen beliebt, kerzengerade hochstemmen können; man lässt deshalb die Decke stets über den Knien locker genug dafür. Mit vier bis fünf Monaten, wenn das Kind sich allein auf dem Bauch wälzen kann, mus auch dazu alle Freiheit gegeben werden, denn gerade die rückgradstärkende Bauchlage soll ihm möglichst oft zugute kommen. Damit es dabei nicht bloss wird, befestigt man seine Decke unter den Achseln an einem einfachen, über das Kopfkissen laufenden festen Band, so dass sich der kleine Turner nach Belieben um die eigene Achse drehen kann, ohne dass er bloss wird oder die Decke verstrampelt.

Ein Kind, das von seiner ersten Woche an volle Bewegungsfreiheit geniesst, gewinnt nicht nur körperlich einen Vorsprung vor dem Wickelkind, sondern erfährt auch in der kleinen Welt seines Lagers eine Schulung an Selbständigkeits- und Willensbetätigungen, an Beobachtungen aller Art, die dem Wickelkind versagt bleiben, ganz abgesehen von dem vollgerüttelten Mass an Lebenslust, das die Mutter mit der Gabe ungehemmter Bewegungsfreiheit ihrem Kind buchstäblich «in die Wiege legt».

Zügellosigkeit bringt selbst die beste Veranlagung aus dem Geleise.