

10. 7. 88.

Ä

# Körperhaltung und Schule.

Oder:

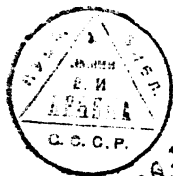
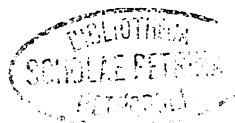
## Schreiben und Zeichnen als körperliche Thätigkeit.

Der vaterländischen Schule gewidmet

von

**J. Daiber,**

Professor am Kgl. Katharinenstift in Stuttgart.



31-2538

Stuttgart.

J. B. Meßler'sche Buchhandlung.

1881.

Ä

# Inhalts-Verzeichniß.

Standpunkt	Seite
I. Die schlechte Körperhaltung unserer Schüler:	1
A Kennzeichen derselben	3
B. Ursachen	6
C Folgen	10
II. Normale Körperhaltung.	
A. Theoretische Grundlage.	
1) Gesichtspunkte	12
2) Gliederung, Richtung und Bewegungsformen der Wirbelsäule	13
3) Sitzstellung	17
4) Haltung der Beine	18
5) Haltung der Arme	19
6) Stellung der Hand und Haltung des Stiffts	19
7) Führung des Stiffts	23
8) Vom Sehen	25
B. Praktischer Theil.	
1) Stellung des Lehrers zu der Frage der Körperhaltung; Meinungen und Thatfachen; Resultate.	29
2) Heilmittel:	
1. Gegen Jugend	47
2. Gegen Ermüdung	49
a) Leibesübungen	49
b) Maßhalten im Sitzen	50
c) Maßhalten im Lernen	51
1. Die Ueberbürdung unserer Schüler	51
2. Ursachen der Ueberbürdung	54
3. Folgen derselben	61
4. Abhilfe	62
5. Erholungspausen	69
6. Wärme und Luft	72
3. Gegen Kurzsichtigkeit	76
4. Gegen Unkenntniß	86
5. Gegen schlechten Willen	91
6. Schulische	94
a) Differenz	96
b) Distanz	99
c) Prüfung der Vorschläge	101

	Seite
d) Die Lehne . . . . .	105
e) Bewegliche Schultische . . . . .	115
f) Das Tischmaß . . . . .	116
g) "Soll und Haben" . . . . .	118
h) Prüfungsergebnis . . . . .	120
i) Der Zeichentisch . . . . .	123
k) Das Stehpult . . . . .	127
7. Die richtige Schreibstellung:	
a) Lage und Richtung des Schreib- und Zeichenheftes . . . . .	134
b) Art und Richtung der Schrift . . . . .	145
c) Richtigestellung des Auges . . . . .	151
d) Regeln für das normale Schreibfüßen . . . . .	152
8. Beleuchtung . . . . .	154
9. Methode . . . . .	160
A. Der Schreibunterricht . . . . .	161
B. Der Zeichenunterricht . . . . .	165
10. Schule und Haus . . . . .	171
11. Die Behörden . . . . .	174

---

## Standpunkt.

Es mag wohl außer Zweifel gestellt sein, daß die Schule neben der Sorge um die geistige Ausbildung ihrer Pflégbefohlenen auch die Pflicht hat, das leibliche Wohl derselben ins Auge zu fassen: ist es doch Thatsache, daß Geist und Körper in innigster Wechselbeziehung stehen; daß alles, was den einen Theil unseres Wesens berührt, auch bei dem anderen anklingt und seinen Widerhall findet.

So kann auch die geistige Ausbildung des Kindes nicht vollzogen werden, ohne daß dessen Körper davon berührt würde; ebenso haben körperliche Zustände ihre unverkennbare Einwirkung auf die Entwicklung des Geistes.

Ist dies zu bedenken bei der gesammten Arbeit, welche der Schule zu leisten obliegt, so hat es in erhöhtem Grade Bedeutung für die Thätigkeit des Schreibens und Zeichnens. Hierbei ist nämlich der Körper in einer Weise theilhaftig, daß von seinem Verhalten zum guten Theil der Erfolg des Unterrichts abhängig ist, wie andererseits ein unzweckmäßiges Verhalten desselben die schwersten Schädigungen der Gesundheit nach sich ziehen kann.

Wie weit letzteres der Fall: darüber besitzen wir eine Reihe ärztlicher Zeugnisse. Sie alle weisen darauf hin, wie mannigfach unsere Schulverhältnisse dazu angethan sind, die Gesundheit der Schüler zu schädigen; wie Raum, Luft, Licht, Wärme und dergl. nach Art und Maß zu wünschen übrig lassen; wie insbesondere auch die schlechte Haltung beim Schreiben und Zeichnen die verschiedensten körperlichen Uebel hervorrufen kann. Von Jahr zu Jahr mehrten sich diese warnenden Stimmen, wohl eine ernste Mahnung an die Lehrwelt, dieser Sache näher zu treten, als dies bis jetzt geschehen.

Uebersieht man die pädagogische Literatur der letzten Jahrzehnte oder nimmt man Einsicht von den Berichten über Lehrerversammlungen und Bezirkschulkonferenzen, so findet man alles, was mit dem Unterricht und der Erziehung der Jugend in näherer oder fernerer Beziehung steht, in überreichem Maße und oft mit anerkennenswerther Hingebung in mündlichem Vortrage behandelt oder auch zu Nutz und Frommen der Lehrer und Schüler schriftlich niedergelegt: nur über das vorliegende Thema herrscht fortwährend Stillschweigen; oder wird je dasselbe in Betracht gezogen, so geschieht es so wenig eingehend, daß hieraus der Schule nimmermehr eine segensreiche Frucht erwachsen kann.

So lange freilich die Subjellienfrage auf der Tagesordnung stand, wurde auch der Körperhaltung gedacht, indem man sich mehr oder weniger der Hoffnung hingab, es werde mit der in Anregung gebrachten Aenderung von selbst auch die richtige Haltung beim Schreiben und Zeichnen sich einstellen. Seit aber genannte Frage zu einem gewissen Abschlusse gelangt, ist es auch wieder still geworden in Betreff der Haltungsfrage.

Sollte dieses Schweigen dahin zu deuten sein, daß das Ziel nunmehr erreicht sei? So sehr dies zu wünschen, so wird eine genaue Prüfung doch ergeben, daß die Körperhaltung, wie sie unsere Schreib- und Zeichenschüler auch bei der trefflichsten Einrichtung und Ausstattung der Schullokale einzunehmen pflegen, meist überaus fehlerhaft erscheint; daß dieselbe einer tiefflaffenden Wunde gleich an unserem Schulorganismus zehrt und jedem gewissenhaften Lehrer Sorge und Verdruß bereiten muß.

Woher aber das Verschweigen der bestehenden Mißstände? Der Grund hievon liegt wohl weniger in dem Mangel an Pflichtgefühl oder ernstlichem Willen, auch weniger in dem Mangel an Einsicht in die Wichtigkeit vorliegender Frage, sondern hauptsächlich in dem Gefühl der Unsicherheit und Rathlosigkeit. Der Lehrer hat seine Ansicht, seine „Ueberzeugung“ und handelt darnach; er hört auch auf das Urtheil anderer und befolgt deren Rath. Wird nun aber trotz des redlichsten Strebens und Mühens nichts erreicht, so lähmt dies allmählich auch die Kraft des Beharrlichsten; und schließlich kommt es dazu, daß man — des fruchtlosen Kampfes müde — erträgt und duldet, was man nicht ändern kann.

Jedoch ist vorliegende Frage von so hochwichtiger Bedeutung, daß sich die Schule nimmermehr bei den bestehenden Verhältnissen beruhigen kann und darf; sie hat um so mehr Grund, dieser Angelegenheit ihre volle Aufmerksamkeit zuzuwenden und ihre Stimme zu erheben, als durch gewisse von außen kommende Vorschläge und Forderungen die Gefahr entsteht, daß die Schule Versuchsfeld wird für ungeprüfte, bedenkliche Meinungen.

So mag es auch nicht unzeitgemäß erscheinen, wenn Verfasser es unternimmt, die Körperhaltung unserer Schüler einer eingehenden Besprechung zu unterziehen zu dem Zwecke, die Klärung der verschiedenen Ansichten und Bestrebungen zu veranlassen und eine Einigung derselben anzubahnen. Daß letzteres geschehe, muß der Wunsch aller sein, denen das Wohl unserer schulpflichtigen Jugend am Herzen liegt. Mögen darum nachstehende Blätter dazu beitragen, vorliegende Frage in Fluß zu bringen und dieselbe einer befriedigenden Lösung entgegen zu führen.

Stuttgart, im Januar 1881.

**Der Verfasser.**