



UNIVERSITÄTS-  
BIBLIOTHEK  
PADERBORN

# Lehrbuch der Erziehung und des Unterrichtes

**Ohler, Aloys K.**

**Mainz, 1863**

3. Bewegung und Ruhe

---

[urn:nbn:de:hbz:466:1-62615](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:hbz:466:1-62615)

auf der Strafe, oder wenn sie sich fremden Leuten aufdrängen, um Etwas zu erhalten.

d) Ferner soll man die Kinder oft daran erinnern, Speise und Trank als eine Gabe Gottes zu betrachten.

An sie werde die erste Lehre und der erste Beweis von der Liebe und Güte des himmlischen Vaters geknüpft, und das Kind angewiesen, die Gaben mit dankbarem Aufblicke zu Gott zu genießen.

e) Endlich darf man es nicht unterlassen, die Kinder über den Genuß schädlicher Speisen zu belehren und davor zu warnen.

Hat man früher auf die Belehrung über die in der Umgebung vorkommenden Giftpflanzen zu viel Gewicht gelegt, so berechtigt eine solche Uebertreibung nicht zum Gegentheile. Eine einfache, anschauliche Unterweisung über Alles, was dem Leben oder der Gesundheit nachtheilig sein kann, ist und bleibt Pflicht.

### 3. Bewegung und Ruhe.

Soll die Körperkraft des Kindes zunehmen, so muß sie, wie jede andere Kraft, geübt werden. Häufige Bewegung gibt dem Körper Geschmeidigkeit, Anstrengung gibt Stärke und Festigkeit und die Uebung darin Gewandtheit.

Eine zweckmäßige Bewegung wirkt besonders wohlthätig auf die inneren Theile des Körpers, auf Blut und Transpiration ein. Ohnedies verlangt die Natur des Kindes selbst nach Bewegung; daher die nie rastende Beweglichkeit desselben. Diesen Thätigkeitstrieb des Kindes zurückdrängen wollen, wäre den Grundsätzen einer naturgemäßen Erziehung zuwider. Man verlange von einem Kinde ja nicht die fortwährende, ernste, abgemessene Sittsamkeit der Erwachsenen. Knaben und Mädchen, welche immer ruhig und gemessen einhergehen, sind oftmals entweder kraftlos oder krank, oder sie haben einen Schelm im Herzen.

Das ununterbrochene Sitzen in der Schule zu täglichen 5 bis 6 Stunden ist darum ein großer Uebelstand, besonders wenn auch hinsichtlich der Temperatur und Luft nicht die gehörige Vorsorge getroffen ist. Man soll deßwegen die Kinder abwechselungsweise sitzend und stehend beschäftigen und ihnen in den Zwischenpausen, welche nothwendig im Unterrichte eintreten müssen, eine Bewegung im Schulhofe unter Leitung des Lehrers gestatten. Außerdem sind die gewöhnlichen Kinderspiele außer der Schulzeit die zuträglichste Bewegung. Der Lehrer fördere und regule sie. Folgende Bemerkungen mögen ihm dafür von Nutzen sein:

a) Die Spiele sollen sich nach den verschiedenen Jahreszeiten richten, sowohl um der Gesundheit, als auch um der Abwechslung willen.

b) Unter allen Bewegungen und Kinderspielen sind diejenigen vorzuziehen, welche die richtige Haltung des Körpers und die Zierlichkeit fördern.

Schwunghaft, gerade und frei werden die Glieder, werde der Kopf, der ganze Körper bewegt und gebraucht; nirgends zeige sich eine verschobene, wider-natürliche Bewegung! Besonders habe man sein Augenmerk auf Rückgrad und Brust. Man gewöhne die Kinder recht sorgfältig an gerade Haltung des Kopfes und des Rückgrades und an Auswärtshalten der Brust. Das Brustbein ist bei ihnen noch weich, weswegen auch das Anlegen der Brust an die Tische höchst nachtheilig ist.

c) Die Zeit, in welcher die Kinder still sitzen und in welcher sie sich bewegen sollen, ist ebenfalls nicht gleichgültig. Weder unmittelbar vor, noch unmittelbar nach dem Essen taugen anhaltende und starke Leibesbewegungen; mäßige, etwa solche, welche mit Besorgung kleiner Hausgeschäfte verbunden sind, sind besser.

d) Im Herumtummeln, im Spielen werden Kinder, besonders Knaben, leicht unartig, übermüthig und leichtsinnig. Man beuge darum sorgfältig bei diesen freien Bewegungen dem muthwilligen, rohen Schreien und noch mehr jeder Unsittlichkeit vor.

Auch beim Spiele sollen die Kinder Maß und Ziel halten lernen und inne werden, daß es Schranken, höhere Rücksichten, einen höheren Willen gebe, daß man gehorsam sein und sich fügen müsse.

Die Aufsicht ist um so nothwendiger, wenn man den Knaben, was zu empfehlen ist, das Steigen, Klettern, Springen, das Schleifen und Schlittschuhlaufen auf dem Eise, das Ringen und Werfen und das Schwimmen gestattet.

e) Wo es immer möglich ist, weise man den Kindern ihre Spielplätze an, den Knaben einen besonderen und den Mädchen einen besonderen. Dadurch wird es auch dem Lehrer möglich, oft selbst sich von dem Betragen und der Haltung derselben zu überzeugen.

Daß auf jede, sowohl geistige, als auch körperliche Thätigkeit Ruhe folgen müsse, und dies um so anhaltender und öfter, je kleiner die Kinder sind, versteht sich von selbst.

Daher gönne der Lehrer nach jeder Unterrichtsstunde dieselbe den Schülern durch eine kurze Pause; er lasse sie im Spielen und in der Arbeit sich nicht übermüden und bringe streng darauf, daß Alle zur rechten Zeit Abends zu Hause sein müssen.

#### 4. Die Kleidung.

Nachfolgende Notizen über den Zweck der Kleidung mögen für den Lehrer genügen: