

M 37

Arbeiter-Turn- und -Sportschule Wertblätter für Lehrgänge

A 80-10486

Fachstf. 36. — Nachdruck verboten.

. 59

im April 1930.)

Eigentümlichkeiten des Arbeiterkindes in körperlicher, geistiger und gefühlsmäßiger Beziehung

von Dr. med. Frommholz, Nürnberg

Grundstein: Die Körperpflege und die Leibesübungen des Kindes haben schon bei den Frauen zu beginnen, Frauenturnen.

Einführung: Der Werdegang des Kindes wird in unserer Sprache schön und anschaulich mit Entwicklung bezeichnet. Aus einem eng zusammengewickelten Knäuschen wird nach und nach im Laufe von etwa 20 Jahren ein vollständiger Mensch herausgewickelt. Das erste Paketchen, das wir sowohl wie die weitaus meisten anderen Lebewesen unserer Erde darstellen, ist das Samenkorn, die Urzelle, das Ei, aus ihm wird ein Keimling, der sich von anderen Keimlingen der verschiedensten Arten gar nicht sichtbar unterscheidet, aus ihm wird dann kurz vor der Geburt der Menschling, der sich nach der Geburt uns als Säugling darstellt, benannt nach seiner auffallendsten Beschäftigung, dem Säugen. Die Bausteine zu diesem Grundbau sind im wesentlichen aus dem mütterlichen Körper entnommen, während der Vater eigentlich nur den Anstoß zum Beginn der Entwicklung der Keime gegeben hat, die darauf im mütterlichen Körper warteten und dort bereits im ganz

**Menschen-
und Tier-
keim**

**Der Säug-
ling**

jugendlichen Körper in der Anlage vorgebildet sind. Hat aber die Forschung das festgestellt, so ist damit die zwingende Notwendigkeit für unseren Grundriss gegeben. Des Säuglings Gestalt zeigt uns noch überall, daß er eingewickelt war. Alles ist rund an ihm und im wesentlichen nach innen gekrümmt, der Rücken ist rund, die Beine an den Bauch angelegt, die Arme stehen in halber Beugstellung, die Beweglichkeit und Anschmiegsamkeit kommt Ungeübten fast krankhaft vor. So können die Fußrücken ganz an die Untersehenkel angelegt werden, das gestreckte ganze Bein an den Bauch, die Füße sehen einander mit den Fußsohlen an und die Untersehenkel sind gar O-Beinchen. Der Kopf hat fast ein Viertel der ganzen Körperlänge und über ein Drittel seines Gewichtes. Bedeckt ist der Säugling mit einer recht fettreichen Haut, die leicht verletzlich ist und außerdem sehr der Wärme bedürftig, sie wird bei milderer Wärme recht bald starr. Schon hier unterscheidet sich der Proletarier vom Bürger, er wird meist leichter bei seiner Geburt befunden. Die Knochen sind noch knorpelig so zwar, daß zumal jeder Röhrenknochen (Arm, Obersehenkel) aus je drei Knorpelformen mit je einem verkalkten Kern besteht, von dem aus der ganze Knochen kalkhaltig und fest wird. Reichlicher Genuß von Milch, helle Wohnung, reichliche warme Bäder, reine Bett- und Leibwäsche, stillende, gut genährte Mütter bringen es mit sich, daß diese Verkalkung im Laufe des ersten Lebensjahres soweit fortschreitet, daß mit 10 Monaten das Kind sich auf seine eigenen Beinchen zu stellen und zu laufen beginnt. Da aber diese Voraussetzungen, zumal die sonnige Wohnung, mit den vielen ausgiebigen Bademöglichkeiten und die anderen usw. fehlen, ist das bei den meisten Arbeiterkindern wieder nicht immer der Fall, und so zeigen 80 von 100 Arbeitern noch heute in ihrem Knochenbau Zeichen der mangelhaften Verknöcherung im Säuglingsalter, der Rachitis, der englischen Krankheit. Es beginne daher das Säuglingsturnen mit reichlicher Gelegenheit für den jungen Menschen im warmen, gut durchgesonnten Freien zu strampeln. Die Übungen macht der kleine Mensch schon von selbst. Die beste Hilfestellung wird von der Mutter der Jetztzeit geleistet, die nun weiß, daß die erwählten Krümmungen und Zeichen der früher bestandenen „Einwicklungen“ zu ihrem Ausgleich nicht erst der früher üblichen Geradestreckungen

Schmiegsamkeit des Säuglingskörpers
Gliedmaßen, Kopf und Haut
Die Knochen
Gehelernen
Säuglingsgymnastik
Mutterhilfe

mit Einwicklungen und Wickelbändern bedürfen. Der kleine Mensch bedarf eines besonderen Vorturners und Helfers für sich, und keine noch so gut geleitete Krippe oder Kleinkinderbewahranstalt wird das gleiche leisten können wie die Mutter, die Zeit hat für ihr Kind. Wieder ist der kleine Proletarier hier den anderen gegenüber im Nachteil. Wohl stammt er durchschnittlich von jüngeren, besseren Eltern, aber der „Mutterliebe zarte Sorgen bewachen meist nicht seinen im Mietshause auch so oft gar nicht goldenen Morgen“ (Schillers Glocke). Aufgabe der Sozialdemokratie ist es, die Frauen wieder heraus aus der mordenden, die Familie zerstörende Fabrik zu bringen und dem Vater einen Lohn zu verschaffen, der Wohnung und Leben sonziger gestalten könnte. Den Rest werden dann wir mit Anleitungen zum Säuglingsturnen bringen. Die Brust des Säuglings ist nicht flach wie beim Erwachsenen, sondern tief, etwa wie bei den vierfüßigen Tieren; die aber behalten die Glieder das ganze Leben hindurch nach unten gerichtet, darum bleibt ihnen die Brustform. Beim normalen Menschenkinde, das sich mit einem Jahre schon aufrichtet zum aufrechten Gange, wird die Brust dagegen unter dem Zuge der Arme allmählich breiter, denn dieser Zug ist nach den Seiten gerichtet. Der aufrechte Gang bedingt ein Nachhintenstrecken des Kreuzes und ein Hervorwölben der Brust, durch rechtes Atemholen und auch Schreien (auch das ist Leibesübung) wird das gefördert, während knochen-schwache Kriechkinder auch die tiefe und kahnsförmige Brust länger und Spuren davon ihr ganzes Leben hindurch beibehalten. Säuglingsgymnastik also ist, Gelegenheiten zu schaffen, die Kinder viel nach allen Seiten greifen und fassen und ziehen und zerren zu lassen, Widerstand geben. In geistiger Beziehung war das Proletarierkind im Vorteil, wenn Geschwister vorhanden waren, die dem Kinde gar bald das Sprechen und Begreifen beibrachten. Weniger Verständnis hat man dagegen in den engen Wohnungen für die kräftigere Betätigung der kindlichen Atemgymnastik, das Schreien. Darum muß bei jedem Turn- und Sportplatz dafür Sorge getragen werden, daß für die Kinder ein sonniges Plätzchen aufgespart bleibt. Hier kann an schönen sonnigen Tagen unter der Leitung eines erfahrenen Genossen, einer Genossin, oder gar des Sportarztes das Säuglingsturnen betätigt werden. Ein Kinderpielplatz mit viel sauberem Sand

Brust des Säuglings
Natürliches Säuglings-turnen
Sonnen- und Luftbäder

ist unerlässlich; denn er ist der Turn- und Sportplatz der jüngsten Turner und Turnerinnen. Als Wirtschaftsbetrieb ist durchaus erforderlich die Möglichkeit, jederzeit frische, warme Milch und Semmeln mit Butter oder Honig oder richtiger Frucht- marmelade haben zu können; denn an das Säuglingsalter schließt sich das Kleinkinderalter an. An geistiger Arbeit hat der Säugling bereits mehr zu leisten als ein Student in zwei Jahren Universitätsstudium, das Sehen, das Stehen, das Beißen, das Kauen, das Erkennen von Vater, Mutter und Geschwistern, ja sogar einzelne Worte und Begriffe, wozu es ein Tier nie bringt.

Die erste Fülle

Vom zweiten bis zum vierten Lebensjahre bleibt das reichlich genährte Kind voll und rund, soll es wenigstens bleiben, um der nachfolgenden Streckung, dem Längenwachstum, genügend Stoff zu bieten. Das aber fehlt wieder bei den meisten Arbeiterkindern, darum fehlt ihnen nicht nur die richtige Größe, sondern auch der anderwärts vorhandene stete Spielsinn, die ewige Bereitschaft zur Bewegung, zum Zappeln. Man wird sich hüten müssen, „Phlegma“ für Faulheit halten zu müssen. Ein Kind im Alter der ersten Fülle, also zwischen zwei bis vier Jahren, ist nicht faul, es ist unterernährt. Hier muß nachgegangen werden. Wenn auch ein regelrechter Betrieb im Turnen nicht möglich ist, so sollen doch Arbeiterturnereltern es nicht veräumen, Säuglinge und Spielkinder auf den Turnplatz mitzubringen, nicht um ihnen Bier oder dergleichen einzulößen, wie ich es leider auch schon erlebt habe, sondern, um sie an den Platz und das ungezwungene Spielen am sonnigen Sportplatz-Sandhaufen von frühester Jugend an zu gewöhnen, und an die kleinen hübschen Spiele, die die Genossen und Genossinnen mit den Größeren treiben. Da ist das „Häschen in der Grube“, „der Quackfrosch“, „das Hudepacktragen“. Das alles gewöhnt die Kinder an gemeinsames Spielen, an Unterdrückung von Eigensucht, denn die anderen Kinder werden sich so leicht nicht Tyrannei gefallen lassen. Das alles erlebte vielen Kindern die Geschwister und schützt sie vor dem schrecklichen Schicksal der „einzigen Kinder“, aus denen gar oft „nichts wird“.

Das einzige Kind

Mütterlich fühlende Genossinnen, oft solche gerade, denen eigener Kindersegen versagt ist, werden hierbei gute Leiter abgeben und selbst aufblühen. (Marie v. Ebner-Eschenbach: „Die Kinderlose hat die meisten Kinder.“) Genossen

werden sich dazu wohl weniger eignen. Einen Unterschied zwischen Knaben und Mädchen gibt es in diesem Alter noch nicht bei uns, die wir nicht mit Säbel und Gewehr unsere Kinder verderben. Von 5- bis 6-jährigen sieht man schon ganz nette Tänzchen aufführen, doch sind unsere Kinder unserer. Sie sollen nicht mißbraucht werden, anderen ihre Kunststückchen vorzumachen. Glücklicherweise läßt ein gesundes angeborenes Empfinden die Kinder solche Forderungen sehr oft mit Nichtachtung übergeben. Kluge Kinderleiter und Eltern aber werden sich der schädlichen Nachwirkung eines nicht befolgten Wunsches oder Befehls nicht erst aussetzen.

Beachtenswert ist eine Eigentümlichkeit der Kinder; der schwere Kopf, auf einem dünnen Hälschen sitzend, ist immer noch etwa ein Fünftel der ganzen Körperlänge hoch und schwer. So kommt es, daß das Kind leicht fällt; es ist aber nur bis 90 Zentimeter hoch, so wird der Fall nicht tief und nicht schmerzhaft, aber die geringe Körperhöhe bringt es mit sich, daß das Kind an allen Gebrauchsgegenständen mit seinem Köpfchen anrennt. Darauf ist zu achten; mit Worten ist nicht viel zu machen, zu ängstlich soll man nicht sein und es ruhig dulden, daß sich das Kind hie und da ein wenig wehe tut. Die Arme und Beine sitzen noch nicht so ganz fest in den Gelenken, darum wird man darauf achten müssen, daß einseitiges Zerrn unter den Kindern selbst, Hinwerfen auf harten Boden und dergleichen nicht vorkommt. Zum Ertragen von kleinen Schmerzen und dergleichen muß man uns Proletarier von frühester Jugend an anhalten. Wehleidigkeit erschwert uns nur das Leben, lähmt unseren Kampfesmut für später. Es kommt sehr leicht vor, daß ein Kind auch im späteren Alter sich stößt, auf den Arm usw. fällt und dann den Arm nicht bewegt. Derartige Dinge soll man nicht ansehen lassen, sondern die Eltern unter allen Umständen bewegen, sich hierin von einem Arzte beraten zu lassen. Es werden sonst dem Turnen Dinge zur Last gelegt, die ganz andere Ursachen haben. Weiß man doch, daß Kinder das Sehen auf einem Auge, den Gebrauch eines Armes derart unterdrücken können, daß das betreffende Organ merklichen Schwund und Nachlassen seiner Gebrauchsfähigkeit aufweist.

Seiner ganzen Natur nach ist das Kind zur Bewegung geschaffen und zugleich zu einem ewigen Wechsel. Es wäre

Schau- leistungen

Verhältnis des Kopfes zum Körper

Gelenke haben keine tiefen Pfannen

Kind im Alter der ersten Fülle und Streckung braucht Bewegung

Im Schulalter ist die Trennung der Geschlechter schon recht deutlich ausgesprochen, doch ist das der Fall mehr auf dem Gebiete des nicht gerade geschlechtlichen Fühlens und Denkens. Bei den kleinen Mädchen regt sich zuerst das Muttergefühl, vielleicht durch das Spielen und Betreuen der Puppen gefördert; der Knabe dagegen ist wilder, er zankt sich gerne und neckt gerne. Es ist ganz klar, daß das Vorbild im Elternhaus hier maßgebend ist; darum müssen mit den Kindern auch die Eltern sich selbst erziehen oder erziehen lassen. Ich füge meinen Ausführungen bei einen Abdruck der zehn Gebote für die Eltern der Arbeiterkinder, die seinerzeit unser Blatt gebracht hat. Das Kind im Alter des Schulkindes achtet von Natur auf alles (Alffe) und ist in der Schule zum Aufmerken erzogen. Nun merkt es auf alles, was nicht gewöhnlich ist und macht es nach. Hört es irgendwo ein besonders klingendes Schimpf- oder Kraftwort, gleich wird es nachgesprochen, eine Frage, eine Grimasse wird eingeübt, bis sie bei jeder Gelegenheit hervorgebracht wird. Man wird darüber nicht lachen. Wenn die Kinder lesen können, dann kommen die Kraftworte hinzu aus ungeeignetem Lesestoff. „Dein Blut muß fließen, deine Knochen kannst du sammeln“ usw. Der seltsame Karl May hat auf diesem Gebiete manche Sünde auf seinem Gewissen. Vom Worte zum Versuch, zur Tat, ist bei Schulkindern nur ein kleiner Schritt.

Während der Zeit der ersten Streckung, also zwischen dem 5. und 7. Lebensjahre, magert der obere Teil des Körpers beim Kinde, zumal bei den Arbeiterkindern, auffallend ab, die Arme erscheinen mager, an der Brust kann man die Rippen zählen. Während dieser Zeit ist ein Zuviel der Bewegung und der Kraftanstrengung zu vermeiden. Man wird auch in dieser Zeit nicht mit besonderen turnerischen Leistungen seiner Schüler zu glänzen suchen. Wie bei dem Turnen der Älteren, wird man ein eigentliches „Turnfieber“ mit planmäßig eingelegten Ruhepausen zu vermeiden suchen. Wir haben eine ganze Reihe Spiele, die dieser Forderung in ganz ausgezeichnete Weise gerecht werden, z. B. Dritten abschlagen, Plumpack und ähnliche. Es wird dem Spielleiter und Turnleiter eine große Hilfe sein, wenn er gelegentlich Einblick nimmt in eine sogenannte kleine Untersuchung der Kinder, die, zweimal im Jahre vom Sportarzte wiederholt, Aufschluß gibt über Körperlänge und Gewicht,

unnatürlich, Kinder zwingen zu wollen, stundentlang dasselbe Spiel zu treiben, dieselbe Bewegung zu vollführen; hier sind wieder die Arbeiterkinder dort im Nachteil, wo die Eltern zur Heimarbeit gezwungen sind. Man wird kleine Handreichungen im Haushalt, Einholen, der Mutter helfen, als vorteilhaft durchaus begrüßen dürfen, falls sich das so einrichten läßt, daß ein früheres Auslösen dem Kinde nicht zum Vorwurf gemacht wird. Denn der Durchschnitt seiner Blutgefäße im Verhältnis zum Herzen ist groß, sein Puls arbeitet schneller, seine Glieder sind kürzer und schwächer, Erum kann es auch die Arbeit der Erwachsenen, sei sie noch so leicht, nur für ganz beschränkte Zeit mitmachen. Im Kinderturnen mit oder ohne Gerät wird man zur großen Freude und Abwechslung im Turnbetriebe gerne auf diese Spielübungen zurückgreifen und vielleicht auch noch leichtere Transportübungen einfügen, z. B. einen aus dem Wasser ziehen, auf der dünnen Eisdecke auf dem Bauche mit einem Brettle kriechen, auf der Schwebekante gehen usw. Eine gute Eigentümlichkeit der Arbeiterkinder ist das Verlangen, mithelfen, mit angreifen zu wollen.

Schulplagen! Alles das aber sind Dinge, die in der Schule nicht getrieben werden können. Wenn von 40 bis 50 Schülern jeder sich seinem Bewegungs- und Sprechbedürfnis hingeben würde, würde der Lehrer sein eigenes Wort nicht verstehen. Darum müssen die Kinder bis zur Pause mindestens 40 Minuten ruhig sitzen, auf harten Bänken, oft auf schlechtnährter Unterlage. „Lümmeln“, das doch, ach, so bequem ist, darf man nicht, den schweren Kopf auf seine beiden aufgestützten Arme und Hände lehnen ebenfalls nicht, was Wunder, wenn sich bei Schulschluß der übermüdete Strom der Jugend lärmend auf die Straße ergießt. In der Großstadt steht die geschlechtliche Entwicklung viel früher ein als man gemeinlich glaubt. Schon mit 7 bis 8 Jahren kann man Dummheiten bemerken, die von gewissenlosen älteren Kindern und Leuten den Kindern vorgemacht werden. Die Aufgabe und die Pflicht der Kinderturnwarte ist nun, darauf zu merken, aufzupassen, die Augen aufzumachen, nicht aber viel zu fragen. Achtet man nicht darauf, so könnte man unliebsam überrascht werden. Durch vieles Fragen aber kann man mehr hineinfragen und herausbekommen, als wirklich an einer Sache ist, und das ist noch schlimmer.

Brustumfang und Beckenumfang, und die noch einen ärztlichen Hinweis auf die etwa vorhandenen sonst dem Arzt bemerkenswert erscheinenden Eigentümlichkeiten enthält.

Liegeübungen in Luft und Sonne

Hier könnten noch eine Reihe Übungen im Liegen in der Sonne eingeführt werden. Strag betont, daß man das Zunehmen der Körperlänge bewirken kann, wenn man Kinder im Alter der ersten Streckung viel und oft in der Sonne liegen läßt. Eine gewisse Grobzwüchsigkeit hat ihre Vorteile. Recht leichte Kleidung schützt am besten vor der Erkältung, allerdings bei ausreichender Ernährung. An sogenannten „Erkältungen der Kinder“ sind mehr ungenügende Ernährung und abstellbare Eigentümlichkeiten schuld, als alles andere. So pflegen die Herren Buben gerne in jeder Pflanze herumzutapfen, aus der Schule nicht stracks nach Hause zu gehen. Abirgens, vom Turnplatz und der Halle aus gehen sie auch nicht sofort heim, sondern suchen sich unter allen möglichen Vorwänden herumzudrücken, oder kaltes Wasser in den noch vom Turnen erhitzten Körper hineinzutrinken. Der Leiter muß hierauf ganz besonders scharf achten und von allem Anfang an beweisen, daß ihm nichts entgeht und daß er ungesundes Vorgehen zu verhindern weiß. Feuchtigkeits, eine gewisse Nachlässigkeit im Essen und Trinken, Unsauberkeit, Gleichgültigkeit gegen feuchten Schmutz fördern und begünstigen die Erkältung der Kinder viel mehr als alles andere. Daher soll den Kindern viel Gelegenheit geboten werden bei Wanderungen und auch sonst, zu baden, sich zu waschen und wieder mit der „eigenen“ besonderen Wäsche unter Anleitung recht trocken zu reiben, daß die Haut rot wird, widerstandsfähig bei den Knaben, schön und rein bei den Mädchen. Im letzten Satze liegt zugleich ein Schlüssel für das eigentümliche Empfinden von männlichen und weiblichen Kindern.

Selbstbeherrschungsübungen (Marschparade)

Daß die Schmerzen kleiner Wunden zu ertragen sind, kann hier noch dadurch ergänzt werden, daß Wunden nie zu berühren oder abzuleken, sondern mit dem stets vorhandenen sauberen Tuche abzudecken sind, dann heilen sie bei den Kindern fast über Nacht, oder bedecken sich schon in Stunden mit einem Naturverband, dem Wundschorf, von dem die Kinder gehört haben, daß er nicht abgekratzt werden darf.

Zahlreich sind in diesem Alter die Hautauschläge und bei den Arbeiterkindern in beschränkten Wohnvierteln ziemlich häufig anzutreffen. Den Eltern ist zu bedeuten, daß

diese leicht ärztlich zu beseitigen sind, daß sie sich aber ebenso schnell auf andere Kinder übertragen können.

Wenn wir den Stock und die Strenge verwerfen, so geschieht das, weil wir wissen, daß der Nachahmungstrieb der Kinder aller Altersklassen so groß ist, daß er uns ruhig auf die altväterliche „Zuchtrute“ verzichten lassen kann. Was wir von den Kindern wünschen, machen wir ihnen vor. Wer ungezogene Kinder oder Turnzöglinge hat, ist selber ungezogen, er achtet nur recht auf sich und wird bald die Ungezogenheiten bei sich finden, die ihm bei den Kindern nicht gefallen wollen.

Gutes Beispiel macht Straten entbehrlich

Wichtig ist es zu wissen, daß mit dem Eintritt in die Schule unter den Kindern die fieberhaften Kinderkrankheiten zunehmen, die durch Ansteckung erworben, durch Ansteckung weiterverbreitet werden. Der Kinderturnwart muß einiges wissen. Zunächst muß er den Fiebernden herauserkennen können, um ihn von den andern auszufordern, denn der Fiebernde gehört nach Hause und in sein Bett. Masern, Scharlach, Lungenentzündung, Halsentzündung, alle diese Krankheiten beginnen mit Fieber. Seine Zeichen sind: Das sonst rührige Kind ist unaufmerksam, „faul“, unlustig, klagt über Kopfweh, muß oft austreten. Der Vorturner oder Turnleiter legt die Hand auf des Kindes Stirn und fühlt dort brennende Wärme. Bei Wanderungen muß ein Fiebermesser in erreichbarer Nähe sein; den Puls muß man auch fühlen können, wenn man Kinder beaufsichtigt. Man weiß, daß der kindliche Puls je nach dem Lebensalter zwischen 80 und 90 liegt, daß ein Darüber auf Fieber deutet. Das mag vollkommen genügen. Ein Mehr wird gelegentlich in einem Kursus oder einem Vortrage vom Sportarzte besprochen. Aber weil wir gerade von sportärztlichen Aufgaben reden, muß den Kindern beigebracht werden, durch eine Röhre kräftig ausatmen, pusten zu lernen und den Atem tief einholen und langsam wieder von sich zu geben. Das wäre eine willkommene Vorübung für Atemmessung bei Kindern. So wichtig sie sind, so ist ihre Ausübung mit fast unüberwindlichen Schwierigkeiten und Zeitverlusten verbunden, da die Kinder sich am Atemmesser hilflos benehmen. Und doch läßt sich ihnen das Ganze so leicht mit Seifenblasenmachen und ähnlichen Spielen (Wer kann am längsten den Atem anhalten, am längsten durch einen Strohhalm blasen, usw.) begreiflich machen.

Kinderkrankheiten

Atem am Atemmesser



Bürgerkin- der, Arbeit- erkin- der

Das treffliche Buch von Straß, dessen Studium jedem empfohlen werden kann, der mit Kindern zu tun hat, „Der Körper des Kindes und seine Pflege“, bringt auch eine große Menge ausgezeichnete Bilder, hat aber für uns den überaus großen Fehler, daß es sich vornehmlich auf Beobachtungen stützt, die in der Bürgerklasse gemacht wurden. Derselben Klasse sind auch die meisten der vorgeschlagenen Maßnahmen zur Verbesserung angepaßt, während Leibesübungen, zumal einzelne Übungen, fast gar nicht besprochen werden. Indessen gibt uns die Einteilung des Kindesalters in die hier erwähnten einzelnen Stufen einen guten Leitfaden für unsere Beobachtungen und Vorschläge ab. Vom 8. bis 10. Jahre tritt wieder eine Zeit der Fülle ein, die auch bei den Arbeiterkindern deutlich daran zu merken ist, daß die Kinder an Körpergewicht zunehmen, ohne wesentlich in die Länge zu wachsen; an sie schließt sich bis zum Alter von 15 Jahren die zweite Streckung. Zweite Fülle und zweite Streckung zusammen nennen wir nach Straß das zweite Kindesalter. Während der zweiten Fülle bilden sich die längeren bleibenden Zähne aus; dadurch wird der Kopf in seiner Höhe vom Scheitel zum Kinn länger und das kindliche Gesicht verliert an seiner weichen Rundung. Mit der bei Arbeiterkindern vorhandenen größeren Magerkeit zusammen sind dann unserer Kinder Gesichter in dieser Zeit ernster und denen der Erwachsenen ähnlicher. Wenn auch nun die Mädchen runder — besonders in den Hüften — erscheinen, so ist doch ein wesentlicher Unterschied zwischen dem männlichen und dem weiblichen Kinderkörper nicht vorhanden; die Turnübungen können für beide Geschlechter bis zum Ende der zweiten Streckung (dem 15. Jahre) gleich bleiben. Anders ist es schon mit den Spielen. Die Knaben bevorzugen das rasche, laute Spiel mit vielem Jagen, Springen und Rennen, die Mädchen mehr das runde und das Singpiel. Hierbei zeigt sich eine Eigenschaft der Arbeitermädchen sehr schön. Während die mütterlichen Naturneigungen der Bürgermädchen mehr theoretisch an Puppen allein verschwendet werden, hat das Arbeiterkind schon mit 10 und 12 Jahren an jüngeren Geschwistern praktische Gelegenheit zur „Übung am lebenden Objekt“ gehabt. Wenn wir also unsere Kleinen mit auf dem Sportplatz beschäftigen wollen, von denen am besten jedes seinen eigenen Vorturner haben muß, so werden wir von dieser Eigenschaft gern Ge-

Zweite Fülle

Zweite Streckung

Kinder- mütterchen

brauch machen; wo die verschiedenen Altersklassen zusammen spielen und turnen, werden wir wissen, wem wir die Unterleitung vertrauen können und werden gerade hier Besseres leisten als andere Kreise. Bei den Knaben wird darauf zu achten sein, daß sie sich in dieser Altersstufe an ihren Körperkräften nicht zu stark verausgaben. Gemeinsam mit den Eltern wird sich diese Aufmerksamkeit aber auch recht sehr auf das Verhalten außerhalb des Turnens, auf das Benehmen auf der Straße und bei unbeaufsichtigtem Spiele erstrecken. Die Straße diene dem Verkehr und nicht dem Knabenfußballspiel.

Während bis hierher die Entwicklung zwischen den beiden Geschlechtern so ziemlich die gleiche war, tritt in der zweiten Streckung eine Scheidung ein dergestalt, daß das Wachstum der Mädchen schneller vorstatten geht, sie überholen die gleichaltrigen Knaben. Später allerdings holen die Knaben den weiblichen Vorsprung nicht nur ein, sondern übertreffen ihn noch. Der Unterkörper der Mädchen, ihre Oberschenkel werden voller und runder, die Brust tritt in den Zustand der Brustknospe, dabei wird die Brustwarze größer und ragt etwas mehr hervor. Der Körperzustand nähert sich mehr dem der Jungfrau als der Körper des Knaben dem des Jünglings. Auch im Gefühlsleben regt sich beim Mädchen das Weib insofern, als sie, ohne eine bestimmte Absicht, bald für dies und bald für jenes schwärmt; die Phantasie regt sich bei ihnen sehr stark und die Mädchenturnwärter haben allen Grund, diese Veränderungen zu betrachten als etwas ganz Natürliches, das nicht an ihre (des Turnwartes) Person gebunden ist. Der Genosse oder die Genossin, die hier die Leitung hat, soll selbst Schwestern oder Töchter haben, die sich in diesem Alter befinden oder wenigstens an ihnen die gleiche Entwicklung miterlebt haben. Heilige Pflicht aber ist es, Unreinlichkeiten in Gedanken oder Sinnen von den Mädchen in diesem Alter fernzuhalten und keine Klatschereien oder dergleichen zu dulden. Sie sind mit Turnen, Spielen und Sport so zu beschäftigen, daß ihnen zu irgendwelchen Ausschweifungen keine Zeit bleibt. Auch außerhalb des Turnens hat ganz besonders der Leiter oder die Leiterin der Mädchen in der zweiten Streckung sich eines zuvorkommenden, anständigen, nachahmenswerten Wesens zu befleißigen und muß über sehr viel natürlichen Takt und Verstehen der Jugend verfügen. Er oder sie muß

Zucht der Knaben

Zweite Streckung, Knaben und Mädchen trennen sich

Gefühls- leben des Mädchens in der zweiten Streckung

Wort, Blick und sogar Gedanken voll in der Gewalt haben und sich durch keine „Ungezogenheit“ oder schnippisches Wesen aus der Fassung bringen lassen. Den Eltern sei von uns das gleiche empfohlen, es wird dann viel weniger „nervöse“ oder gar hysterische Frauen geben.

Knaben in der zweiten Streckung

Die Knaben in der zweiten Streckung entwickeln mehr den oberen Teil des Körpers, also die Brust in der Breite und die Länge und Stärke der Arme. Ihre Gemütsart ist aber noch viel näher dem Kindlichen; bei ihrer oft recht beträchtlichen Länge vergißt man das zu leicht und will sich oft wundern, daß der „lange Schlacks“ sich mit den Kleinen so gerne herumtollen will. Lassen wir ihn dabei. Überhaupt verzögert Turnen und Körperübung ziemlich beträchtlich das Heranreifen des Geschlechtlichen und sind so ein gutes Gegengewicht gegen seine Forderung durch enges Wohnen und das Großstadtwesen. Überhaupt hat die Turnerjugend bis weit ins Alter des Männlichen und Weiblichen hinein noch den Schmelz und die Anmut der früheren Jugend. Das können wir den uns noch Fernstehenden gar nicht oft und nicht eindringlich genug betonen. Der Fortschritt ist merklich. In früheren Jahren sah ich öfters 12jährige auf dem Sportplatz Karten spielen, jetzt schon lange nicht mehr, dagegen herrscht ein freier, froher Ton und ein fröhliches Necken, das wohl nicht mehr so sehr die „Ehrfurcht vor dem Alter“ zeigt, aber doch die Grenze des Schicklichen nicht überschreitet.

Zahn-gymnastik

Wir können zur Kräftigung der Zähne nicht genug empfehlen, die Zähne fest zusammenzubeißen. Nüsse zu zerbeißen, harte Gegenstände zu zerknacken, dazu sind unsere Kulturmenschenzähne zu weich geworden, immerhin soll man die Kinder ermuntern, in der Turnpause alte harte Brotkrusten um die Wette zu kauen und dergleichen. Vom Kauen von Grashalmen und dergleichen ist wegen der Strahlenpilzgefahr abzuraten, auch können Spelzen leicht in die Luftwege geraten. Bezüglich Essen und Trinken sei auf die bereits erwähnten 10 Gebote hingewiesen, die sich Turnerkinder und Turnereltern zu eigen machen sollen.

Wachstum der Röhren-knochen

Bis zum Eintritt in die Reife mit etwa 21 Jahren bleiben die langen Röhrenknochen in der Dreiteilung, die wir in der Knorpelanlage der Knochen beim Säugling besprochen haben. In den Knochenfugen, die sich immer zwischen je zwei dieser Teile befinden, geht das Wachstum

vor sich, solange, bis die regelmäßig arbeitende Geschlechtsdrüse dem Inhalt gebietet durch Stoffe, die sie in das Blut entsendet. Bis zum Eintritt dieses Zeitpunktes bestehen die Röhrenknochen, also Oberschenkel, Unterschenkel, Oberarm, Unterarm, aber auch die Mittelfuß-, Mittelhandknochen und die einzelnen Finger- und Zehenglieder aus je einem Mittelstück und je zwei Endstücken (Metaphysen und Epiphysen). Zur Zeit stärkerer Streckung, nach obigem zwischen dem 5. und 7. und dem 10. und 15. Lebensjahre, treten gerne hier Schmerzen auf, „Das Kind wächst“. Größere Schmerzen werden mit recht gutem Erfolge vom Arzte selbst oder nach seinen genauen Angaben mit Streichmassage und Einreibungen behandelt. Turnen und Leibesübungen aber üben bei Spiel in frischer Luft unter Sonnenschein und auch bei Regen einen gehörigen Wachstumsreiz aus. Durch Beachtung der beiden Streckungszeiten der Kinder und ihre sinngemäße Behandlung ist sogar ein besseres, größeres Wachstum zu erzielen. Voraussetzung dazu ist genügende Ernährung, die dem Bedarf des Kindes Körpers angepasst ist. Das aber kann nur erreicht werden durch die Herbeiführung guter Lebens- und Erwerbsverhältnisse der Eltern. Der Kampf um sie ist der Kampf für Freude, Gesundheit, Leben und Gedeihen unserer Kinder.

Zusammenfassung:

Der Säugling bedarf der Ruhe und der Reinlichkeit. Das Kleinkind bedarf der Bewegung des Spieles, der frischen Luft unter Aufsicht.

Das Schulkind bedarf der Bewegung zum Ausgleich für die Ruhe und das Stillstehen, das für es zwar unnatürlich, aber von der Schulpflicht geboten ist. Den Ausgleich kann nicht die Schule geben, sondern der freie Turnverein.

Das wachsende Kind bedarf der Leistung, Führung und Übung durch seinesgleichen, der Anregung durch freie Genossen.

Alles das kann erreicht werden durch innige Zusammenarbeit zwischen Turnverein, Elternhaus und Schule.

Die 10 Gebote für Arbeiterturner-Eltern und -Kinder.

Von Dr. med. Frommholz, Nürnberg.

„Vater (Mutter) werden ist nicht schwer, Vater (Mutter) sein dagegen sehr“ singt Wilhelm Busch mit Recht. Und heutzutage sind die Schwierigkeiten des Vater- und Mutterseins noch viel größer als früher. Das Leben stellt an den einzelnen Menschen in bezug auf seine körperliche und geistige Leistung viel größere Ansprüche, nimmt aber den Eltern zugleich einen Großteil ihrer Zeit fort. Das Kinderkriegen ist eingeschränkt, Familien mit zehn oder mehr Kindern werden weniger angetroffen als früher. Damit fehlt den Eltern die Gelegenheit, erst an den älteren Kindern die Erziehungskunst zu erlernen. Auch die noch rüstigen Großeltern nimmt die Fabrikarbeit in Anspruch. So muß denn der Rat der älteren Freunde, vor allem aber die gesegnete Presse einspringen und das ergänzen, was eigene Erfahrung uns schuldig blieb.

Langatmige Ausführungen werden vergessen, drum muß das Gute, das man bringen will, kurz und Schlagkräftig zusammengefaßt und mit Überschriften versehen sein, die sich gewissermaßen von selbst dem Gedächtnis einhämmern und damit die Möglichkeit bieten, sich wichtige Lehren und Gesetze einzuprägen, jederzeit gegenwärtig zu halten und in Anwendung zu bringen.

Bei den Untersuchungen der Turnerkinder, wie sie gegenwärtig die Arbeiter-Portärzte des 1. Bezirks des 7. Kreises des Arbeiter-Turn- und Sportbundes hier veranstalten, ist uns verschiedenes aufgefallen. Eine mustergültige Art der volkstümlichen Darstellung von Recht und Gesetz finden wir in der Fassung der biblischen 10 Gebote, und so braucht auch der freigeistige Leser keinen Anstoß daran zu nehmen, wenn wir versuchen, hier ein wenig dem älteren Buche nachzuahmen.

1. Gebot.

Kind = du!

Das Kind ist der Teil von dir, der dich überleben und an deine Stelle treten wird. Du schuldest ihm Liebe, gutes Beispiel, Unterhalt und Erziehung. Es schuldet dir Liebe, Gehorsam, Achtung und Ehrerbietung.

2. Gebot.

Arbeiterkinderturnen.

Schick alle eure Kinder von frühester Jugend an in den Arbeiterturnverein unter euresgleichen, daß sie zu selbstbewußten Arbeiterturnerkindern werden.

3. Gebot.

Hört auf den Sportarzt und den Turnwart.

Nehmt und erhaltet Fühlung mit dem Sportarzte und dem Kinderturnwart. Hört auf ihn und teilt ihm alle eure Beobachtungen bei euren Kindern und ihre Eigenheiten mit.

4. Gebot.

Richtiges Essen, Trinken und Schlafen.

Achtet darauf, daß die Kinder essen, nicht fressen, kauen, nicht schlügen, 10 Stunden bei offenen Fenstern schlafen. Im Zimmer, wo man schläft, darf nicht geraucht werden.

5. Gebot.

Körper-, Mund- und Nasenpflege.

Achtet darauf, daß sich die Kinder von frühester Jugend an täglich den ganzen Oberkörper warm waschen, vor dem Schlafengehen, nach dem Aufstehen, Zähneputzen nach dem Mittagessen, vor dem Schlafengehen, in die Schulzahnklinik. Nasenpflege!

6. Gebot.

Tägliche Fuß- und Beinwaschung.

Der Proletarier unter den Menschengliedern, der Fuß, muß die schwerste Arbeit leisten und wird am wenigsten durch Waschen und Pflege belohnt. Proletarier, sorgf dich dafür, daß eurem Proletarier auch sein wohlverdientes Recht zuteil wird.

7. Gebot.

Täglicher richtiger Stuhlgang.

Umsatz hebt das Geschäft, das Verbrauchte muß ausgedämmt und Platz für neue Nahrung geschaffen werden. Größte Sauberkeit aber vor, bei und nach der Verrichtung.

dieses recht wichtigen Geschäftes. Selbstzucht und Regelmäßigkeit.

8. Gebot.

Dulde keinen Klatsch.

Höre nicht an, wenn das Kind „pefen“ will, lobe es, wenn es Gutes und Tüchtiges von anderen Kindern berichtet. Du überwindest dadurch die Neigung zum Necken und zur Gehässigkeit.

9. Gebot.

Lerne vom Kinde.

Unterhalte dich gern und oft mit dem Kinde über Turnen und Spiele. Laß dir die neuesten Übungen zeigen und bemühe dich, sie nachzumachen, aber höre gut zu und wolle nicht alles besser können. Arbeite mit dem Kinde mit an der Erfindung von Übungen und Spielen.

10. Gebot.

N a k t s c h a u.

Bade und wasche dein Kind mindestens einmal in der Woche in aller Ruhe und bei der besten Beleuchtung ganz nackt. Beobachte dabei alle seine Bewegungen und den ganzen Körper an seinen geheimsten Stellen. Laß es ruhig einige Zeit nackt vor dir stehen und beachte dabei das 3. Gebot.

*

Präge dir und deinem Kinde die Gebote hier ein. Sprich oft davon. Gesundheit und Freude bei dir und deinem Kinde werden dein Lohn sein.