

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Grundriss der sozialen Hygiene

Fischer, Alfons

Karlsruhe, 1925

a) Begriff und Arten

[urn:nbn:de:bsz:31-342002](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-342002)

Über die neueste Gestaltung im Deutschen Reich teilt die Reichsarbeitsverwaltung¹⁾ folgendes mit:

„Von allen Ende 1922 in Kraft stehenden Tarifverträgen war in 8620 für 804541 Betriebe und 13224647 Arbeitnehmer der Urlaub tariflich geregelt. Die Zahlen des Jahres 1921 sind: 8357 Verträge, 525157 Betriebe und 11171153 Personen. Es sind also für 92,7% aller tariflich erfaßten Personen (im Vorjahre 86,7%) Urlaubsregelungen getroffen. In den Angestelltentarifverträgen ist für 93,3% (1921: 92,6%) aller unter Tarife fallende Angestellte ein Urlaub vereinbart.

Die Mindestdauer fällt für mehr als die Hälfte aller Personen, nämlich für 53,8% (im Vorjahre 50,4%) in die unterste Stufe (bis zu 3 Arbeitstagen); für 38,6% (im Vorjahre 41,5%) in die Stufe 3 bis 6 Arbeitstage. Bei den Angestellten bleibt die untere Urlaubsgrenze meist in der Gruppe über 3 bis 6 Arbeitstage, nämlich für 72,9% (71,6% im Vorjahre). Die Höchstdauer lag für 44,2% (im Vorjahre 45,2%) aller durch Urlaubsregelungen erfaßten Arbeitnehmer zwischen 6 und 12 Arbeitstagen. Bei den Angestellten lag sie für 53,0% (im Vorjahre 49,9%) zwischen 12 und 18 Arbeitstagen; 42,4% (1921: 45,5%) der Angestellten hatten über 18 Arbeitstage Urlaub.“

Diese Entwicklung ist zu begrüßen; aber weitere Fortschritte sind noch erforderlich. Auch sollten für Arbeiter und Angestellte mehr noch als bisher Reisesparkassen, Erholungsheime und andere Einrichtungen, die das Reisen und den Genuß eines Erholungsaufenthaltes erleichtern, geschaffen bzw. weiter gefördert werden.

Literatur: 1. **Stephan Bauer:** „Achtstundentag“, *Art. i. Handw. d. Staatswissensch.* 4. Aufl. 1923, Bd. 1. — 2. **Gerbis:** „Fehler in der Praxis des Achtstundentages“, *Soz. Praxis* 1923 Nr. 49 und 50. — 3. **M. v. Gruber:** „Ungeteilte Arbeits- und Schulzeit“, *Schriften d. Bayer. Landesvereins z. Förderung des Wohnungswesens*, Heft 3, München 1911. — 4. **M. Hahn:** a) „Urlaub und Erholung“, *Art. i. Handw. d. soz. Hyg.*, Leipzig 1912; b) „Sozialhygienische Ausblicke in Deutschlands Zukunft“, *Sozialhyg. Mitteil.* 1921 Heft 3. — 5. **H. Herkner:** „Arbeitszeit“, *Art. i. Handw. d. Staatswissensch.* 4. Aufl. 1923 Bd. 1. — 6. **L. Heyde:** „Der Samstag-Frühschluß in Industrie und Handel des deutschen Reichs“, *Schrift. d. Gesellsch. f. soz. Reform*, Heft 52/53, Jena 1914; b) „Abriß der Sozialpolitik“, *Wissenschaft u. Bildung* Bd. 158, Leipzig 1920. — 7. **F. Kötsch:** „Ärztliche Gedanken über Arbeitszeit und Pausen“, *Sozialhyg. Mitteil.* 1924 Heft 1 u. 2. — 8. **H. Kossel:** „Ungeteilte Arbeits- und Schulzeit vom Standpunkt des Arztes“, *Schriften d. Bad. Landeswohnvereins*, Heft 11, Karlsruhe 1917. — 9. **Kräpelin:** a) „Zur Hygiene der Arbeit“, Jena 1896; b) „Zur Überbürdungsfrage“, Jena 1897. — 10. **K. B. Lehmann:** „Arbeits- und Gewerbehygiene“, Leipzig 1919. — 11. **M. Mosse:** „Zur Kenntnis der Urlaubszeiten der kaufmännischen Angestellten“, *Wochenschrift für Soziale Hyg. u. Medizin* 1910, Jahrg. 18 Nr. 18. — 12. **A. Mosso:** „La fatica“ 1891, übersetzt von Glinzer, Leipzig 1892. — 13. **Joh. Ranke:** „Tetanus“, Leipzig 1865. — 14. **E. Reich:** „System der Hygiene“, Leipzig 1870. — 15. **E. Roth:** „Zur Physiologie und Pathologie der Arbeit, mit besonderer Berücksichtigung der Ermüdungsfrage“, *Deutsch. Viertelj. f. öff. Gesundheitspfl.* 1911 Bd. 43. — 16. **Helene Simon:** „Achtstundentag, Arbeitspausen, Arbeiterwohlfaht und Arbeitsergebnis“, *Soziale Praxis* 1922 Nr. 46. — 17. **Fr. Syrup:** „Verordnung über die Arbeitszeit“, *Bücherei d. Arbeitsrechts* Bd. 4, Berlin 1924. — 18. **M. Verworn:** „Allgemeine Physiologie“, Jena 1901. — 19. **W. Weichardt:** a) „Über das Ermüdungstoxin und -antitoxin“, *Münch. med. Wochenschr.* 1904, Nr. 48; b) „Über Ermüdungstoffe“, Stuttgart 1912.

8. Leibesübungen.

a) Begriff und Arten.

In unserer Begriffsdeutung (S. 1) wurde dargelegt, daß die Hygiene nicht nur Krankheiten zu verhüten, sondern auch die Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu stärken sucht. Ernährung, Wohnung, Kleidung, Hautpflege, Erholung usw. bieten in erster Linie einen Ersatz für vorausgegangenen Verbrauch dar oder schützen vor Krankheiten; positiv, aufbauend im Sinne einer Zunahme der Fähigkeiten, wirken lediglich die zur Ertüchtigung des einzelnen wie des ganzen Volkes veranstalteten Leibesübungen und die eine Höherzüchtung anstrebende Rassehygiene.

¹⁾ Siehe „Die Tarifverträge im Deutschen Reiche am Ende des Jahres 1922“, 31. Sonderheft zum Reichsarbeitsblatt, Berlin 1924.

Unter dem Begriff „Leibesübungen“ versteht man, nach Zander, „Bewegungen des ganzen Körpers oder der Teile des Körpers gegeneinander, die zur Kräftigung und Gesunderhaltung, zur Erzielung guter Körperhaltung und körperlicher Schönheit, zur Erholung von der Berufsarbeit oder zur Zerstreuung, zur Steigerung der Arbeitsfähigkeit und zur Vorbereitung auf den Kriegsdienst ausgeführt werden“. Allen vernünftigen Leibesübungen ist gemein, daß sie den genannten Zwecken dienen; aber die einzelnen Arten der Leibesübungen besitzen nicht einen gleichhohen Wert für das Gesundheitswesen.

Man unterschied bis vor kurzem zwei Hauptrichtungen: Turnen (ein von Jahn statt der Bezeichnung „Gymnastik“ angewandter Ausdruck), das eine möglichst gleichartige Ausbildung aller Körperteile und gute Durchschnittsleistungen breiter Volksmassen anstrebt, und Sport (Athletik, in England und den Vereinigten Staaten von Amerika besonders verbreitet), dessen Aufgabe die Ausbildung des einzelnen zu seiner persönlichen Höchstleistung auf beschränktem Gebiet ist. Diese Gegensätze bestanden aber mehr in der Theorie als in der Praxis; jetzt erstrebt man den Frieden zwischen Sport und Turnen. da man erkannt hat, daß bei sachgemäßem Betrieb die eine Art der Ausbildung die andere zur Ergänzung stets heranziehen muß.

Aus Spiel und Tanz entstanden ganz natürlich zunächst die einfachen Leibesübungen: Laufen, Springen, Werfen, aus denen sich dann die zahlreichen Arten der Leibesübungen entwickelten. Man unterscheidet: Turnen, Leichtathletik, Kraftsport, Wassersport, Rasen- und Ballspiele, Wintersport, Radfahren.

b) Einflüsse auf Körper und Geist.

Die Einflüsse der Leibesübungen auf Körper und Geist sind bedeutend. Sachgemäßes Turnen verhütet die sonst so häufig anzutreffenden Wirbelsäulenverbiegungen, erzeugt eine Vermehrung der Muskulatur¹⁾, kräftigt Herz und Lungen, fördert die Verdauung, stählt die Nerven. Dazu kommt, daß zugleich die Sinne geschärft, der Mut gehoben, der Wille gestärkt, überhaupt die Sittlichkeit, besonders hinsichtlich des Widerstandes gegenüber alkoholischen Exzessen und sexuellen Verführungen, verbessert wird. Richtig betrieben, werden Körperübungen zu Seelenübungen.²⁾

Seit vielen Jahren wurden die Einflüsse der Leibesübungen, namentlich durch Zuntz, Schmidt (Bonn), Hüppe erforscht. In großem Maßstabe und planmäßig werden diese Untersuchungen aber erst seit der 1919 erfolgten Gründung der Hochschule für Leibesübungen (siehe unten) durchgeführt. Immerhin hat man doch bereits die günstige Wirkung der Leibesübungen seit langer Zeit bei Kindern und neuerdings auch bei Erwachsenen durch experimentelle Prüfungen ziffernmäßig feststellen können. In Übereinstimmung mit den Ergebnissen, die schon in den 90er Jahren Godin (Genf) gewonnen hatte, wies E. Matthias (Zürich), gestützt auf Forschungen, die bei über 2000 jungen Leuten durchgeführt wurden, nach, daß diejenigen, die regelmäßig Leibesübungen betreiben, an Körperlänge, Körperbreite, Gewicht, Umfang des Oberarms und Oberschenkels erheblich mehr zunahmten als diejenigen, welche an solchen Betätigungen sich nicht beteiligten. Durch die Einrichtung von Schulkindergärten (zuerst in Charlottenburg 1906)

¹⁾ Die Zunahme der Muskulatur durch Übung zeigt, daß das von La Mettrie stammende Schlagwort „Der Mensch eine Maschine“ abzulehnen ist. Gewiß erfolgen im menschlichen Körper zahlreiche physikalische und chemische Vorgänge wie in einer Maschine. Aber keine Maschine kann durch ihre Tätigkeit eine Vermehrung ihres eigenen Stoffes erwirken.

²⁾ Siehe die Fußnote 2 S. 155.