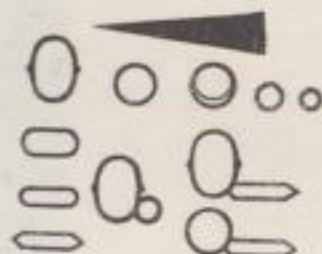




Atmung und Vokalisation in der Hilfsschule.

Von Hauptlehrer M. Weniger, Schwelm in Westf.



Atmen ist Leben, und atmen heißt leben. Der Atmung, der wichtigsten Lebensfunktion, wird mehr denn je in der Erziehung hohe sanitäre Bedeutung beigemessen. Behördliche Anordnungen verlangen tägliche Atemübungen in der Schule. Auch die Hilfsschule muß sich die Pflege der Atmung bei ihren schwachbefähigten Zöglingen angelegen sein lassen. Beobachten wir unsere Schüler, so finden wir, daß sich die meisten von ihnen scheu von allem Verkehr mit fröhlichen Kameraden zurückziehen, sich wenig bewegen und infolge der körperlichen Trägheit bleich und matt aussehen. Kinder, die im lustigen Spiel herumspringen, laufen, lebhafte Armbewegungen machen, werden zu einem öfteren tiefen Atmen und damit zu einer vermehrten Zufuhr von frischer Luft genötigt. Durch gesteigerte Atmung wird die Blutzirkulation beschleunigt, das Blut gereinigt und der Körper von schädlichen Stoffwechselprodukten befreit. Sprechen, Laufen, Singen unterstützen diese unwillkürliche Atemtätigkeit. Wie durch Arbeit, Spiel, Bergsteigen, Turnen bei unseren Schülern kräftige Atemzüge ausgelöst werden können, habe ich in meiner Broschüre „Nicht geistig, sondern nur sprachlich zurückgebliebene Kinder“ (Selbstverlag) Seite 22ff. näher ausgeführt. — Weiterhin müssen wir unsere Zöglinge lehren, willkürlich ihre Atmung zu vervollkommen. Die drei Atemtätigkeiten: Einatmen, Atemhalten, Ausatmen — müssen methodisch eingeübt werden. Bei einigen Kindern wird sich manuelle Beihilfe nötig machen. Beim Einatmen presse man mit der flachen Hand den Unterleib des Kindes sanft einwärts, beim Ausatmen drücke man mit beiden zur Seite angelegten Händen die unteren Rippen zusammen, um alle Luft aus den Lungen zu entfernen. Später genügt es, wenn der Lehrer das Atmen der Kinder durch seine dirigierende Hand regelt: Aufheben der Hand bedeutet Einatmen, Hochhalten Atemhalten und Senken das Ausströmen der Luft.

Von den drei Arbeiten der Luftwege ist die Ausatmung diejenige, welche auch bei schwachen Kindern am besten geübt werden kann. Sie bezweckt, auf indirektem Wege die Atemfunktion zu steigern, ohne daß der Schüler besondere Aufmerksamkeit darauf zu verwenden hat. Schon bei ganz schwachsinnigen Kindern kann durch Anblasen von Windrädchen, durch Wegblasen von Wolle oder Federn, durch Blasen auf einer Mundharmonika der Ausatemstrom künstlich verlängert werden. Je länger dieses Blasen auf einen Zug geschieht, desto tiefer ist dann die Einatmung und damit der ganze Atmungsprozeß um so ausgiebiger. Geistig höherstehende Kinder lasse man auf eine Ausatmung recht lange singen, pfeifen, deklamieren oder soweit als möglich zählen. Bei dieser und der vorigen Kindergruppe rege man den Wetteifer, wer am längsten aushalten kann, an.

Als ganz besonders wichtig halte ich eine Verbindung von Ausatmung und Vokalisation. Durch diese Vereinigung werden wir auch auf die Sprache der Kinder günstig einwirken können, gleichviel, ob das Kind sprachleidend ist oder nicht. Gerade bei unseren schwachen Kindern