

## A. Menschenkunde.

### I. Der Nährwert der Nahrungsmittel.

**Vorbemerkung.** Es mußte in diese Präparation manche Aufzählung und Auseinandersetzung aufgenommen werden, welche auf den ersten Blick wohl überflüssig erscheint, doch ist der Verfasser mit Willen ausführlicher gewesen; denn einmal hält er die Ernährung des Menschen für ein Kapitel, welchem auch in der Schule weit mehr Aufmerksamkeit gebührt, als ihm gewidmet wird, und dann, woher soll das Menschengeschlecht zu vernünftigeren Ansichten über seine Ernährung kommen, wenn sie ihm nicht in der Schule eingepflanzt werden?

**I. Lehrmittel:** Ernährungstabelle nach den neueren Untersuchungen der Professoren Voit, Pettenkofer u. a. zusammengestellt durch Dr. Doct. — Vorführung von Nahrungsmitteln, insbesondere aus dem Pflanzenreiche, welche ganze Völkerschaften erhalten und von denen man annehmen kann, daß ihr Herkommen den Kindern unbekannt ist; insbesondere auch unsere aus dem Pflanzenreiche stammende Nahrung nach ihrem Herkommen (wie wenige Kinder wissen, woher Gries, Grütze, Gräupchen, Hirse, Linjen, Sago, Reis zc. stammen!). Versuche der Zerlegung des Mehles, Schrotmehles, der Kartoffel, der Erbse zc.

#### **Volkspoesie:**

##### I. Sprichwörter.

1. Branntwein laß sein!
2. Branntwein und Not schlägt die Leute tot.
3. Branntwein stürzt das Haus ein.
4. Is de Branntwein in den Mann,  
Is de Verstand in de Kann.
5. Volle Flasche macht leere Tasche.

##### II. Gespräch.

- |   |  |
|---|--|
| A. Der Branntwein ist doch gut —<br>Bringt lustiges Leben —<br>Giebt manchen Brot —<br>Schafft viele Freuden —<br>Er wecket den Mut —<br>Er stärkt den Magen —<br>Er wärmt im Winter —<br>Er dient in der Wirtschaft —<br>Giebt Kraft dem Trinker —<br>Macht beherzt zum Reden —<br>Er hilft im Handel —<br>Es loben ihn doch viele — | B. die Leute zu verderben.<br>führt früh zum Sterben.<br>Millionen den Tod.<br>die werden zu Leiden.<br>daß man Böses thut.<br>daß er nichts kann vertragen,<br>daß viele erfrieren;<br>zum Ruinieren;<br>bis zum Umfallen;<br>ja Unsinn zu lassen;<br>betrügen.<br>sie lügen. |
|---|--|

J. G. Kupner.

#### **II. Lehrgang** (siehe unten).

#### **III. Ergebnisse und Präparation.**

Seidel, Ergebnisse und Präparationen zc. IV. Heft.