

WALTER TEGELER

TALLINN — REVAL

Kooli

I w. k.

tervis hoia ja

Kooli Teadus

Dr. Lepp.

KOOLITARVITUS — SCHULBEDARF

REM 4913-1

KB 35

A.) Koolimaja

A. Koolimaja  
Mulgast kivist  
ära kirjitatud  
T. Kulderup.

1) Alavalik Koolimaja tuleb keskkohale asetada,  
et lapsel mitte liig pikk tee ei  
oleks kooli. Linnas peaks veel linna aares  
olema, iseäranis suurtes linnades, kus mit-  
mesugused kergendused liikumiseks on  
olemas. Kool ei tohi olla siia või sinna  
/järved, sood, jõe/, sest seal sigimiseks kõi-  
sugu haigused. Peaks asuma lahtisel koh-  
kal, kus õhuvool tsirkuleerib ja ei ole. Kus  
õhk ummudatub ei ole, seal on vähe hapnikku  
ja palju teist gaasi. Sooviks oleks, et seal  
oleks külmade päevade eest kaitstud.  
Peaks olema vahva. Tä peaks asuma aias  
kus ta oleks varjatuks puiduga ja ta ei  
jahutaks teda. Ta ei tohi vahetult  
lähedalt olla, sest need rikuvad õhku ja

Vett. Ei tohi sunnuaia lähedal olla, sest iga  
on gaasidest keha põdeminevusest. Tekkivad  
kahjulikud gaasid. Ei tohi tampo majade  
ega lõunakojade lähedal olla, sest see  
mürgis laste hingeldu peale kahjulikult.

2.) Põhi. ~~Põhi~~ Põhiõhus on rohkeim hap-  
nikku ja väheem lämmastikku. Põhi tleis ei  
tohi liiga ligilõal maapiinnale olla,  
see annab niiskuse. Põhi püütlasol pesit  
sevad muuta all, seola mütab Põscheni  
kate. Ei tohi ka muuta pinnale valisea  
seal on palju püütlasi. Ei tohi tarast.  
da seola pinnale, mis inimeste ja looma.  
de väga heitesega segatud on. Seola püüt  
mist korral ära vedada.

3.) Alasumused. Siinas on alasumused  
piiratud. Maal peary 4-5 m' õpilase  
peale tulema. Selle pinnale arvatakse  
kõval muund: nõuenduse saalide,  
rõduol jnt.

4/ Looste korraldus. Koolimaja peab eemale olema loomade münnist. Tema peab eemale olema loomade münn müngupaladest ja Naabri asutestest.

II. Koolimaja.

Nussbaum soovib parajiselt süsteemi. Maja ühekordne, tuuad



naheldatuid. Lapsed pääseksid ära. Heide. Tasse ette, et ülevaatust ei ole ja siig paljio õpetajaid tarvis

Nuusugulel korral oleksid lapsed üksteisest eemale; uude pääseksid kergesti välja. Majas võivad olla ka 2 kordset, õhugi et see just mitte nii hea ei ole.

2/ Lisuskoht. Kui ta seisaks klassi aken. olea põhjapool, siis ei oleks otsene valgus vaid seane valgus. Nohustel tema del oleks valgus väike. Tema võib ka viis. ke olla sest et ei ole küllalt pärisest. Kui ta oleks hoonestuse poole, siis

päikese paiste segaks toet ja selle vastu  
<sup>isolema</sup> on arstid. Lõuna pool võiks ennem, sest  
päikese siirpaistumise ajaks oleks tuu-  
mise hõlpsam. Kui aga peaks kannu  
kestma, siis segab meid kuumus. Lõuna  
õhtu pool oleks kõige soovitavam  
klass: arendele kuma niidetubade annad  
oleks vastu hõlpsamini - lõunat. Lõuna-  
maal on sagedasti annad lõuna-  
hõlpsamini.

3.) Chortus viiside. On olema mosside chortuse  
viis, telkide ja teinud rasked ained. Viivad  
olla ka barrakid, kuid need ei ole soovitavad  
sest et nad kergesti põlema võivad minna.

4.) Ehitusmaterjal. Materjal peab täiesti min  
olema, nähtisens palgid. Kui palgid  
vett täis on, siis on soojuse edasiandmine  
halb. Telkidele peavad hästi - piletud  
olema, siis ei ole nende sees vett ja  
õhk pääsers meist läbi.



5/ Vundament. Ehituse juures on tähtis vundament, tema teeb maja kindlaks ja lahutab maja maapinnast. Ei ole võimalik maapinna  
 , siis ehitakse aluskiindlast ai-  
 nest (graniit, paks viivundament). Peale  
 selle eraldakse maja siin vundamentist  
 asfaldi korraga. Kui viiskuse kõrvalelaam  
 hoolt ei kanta, siis mädaub juur ära, see  
 jälle rivi laqueb.

6/ Väliskindad. Nad peavad teha maja  
 kandma; nad ehitakse alt 1,5 telgkivi,  
 siis 1 ja kõige ülalt 1,5 telgkivi paksusele.  
 Nad peavad maja vihma ja tuult eest kait-  
 ma. Ta ei tohi vett sisse tõmmata.

7/ Hisinad. Nad hoiaavad lage ülalt ja  
 käre mitte läbi lastama. Nurgad peavad  
 ümarlused olema.

8/ Katus. Katus peab hoidet vihma eest kait-  
 ma. Mida järsu katus, seda paremini jää-  
 seb viiskus maha. Katus on hirmus veevõ-  
 ne.

Kivikatused on jahedamad. Subatud ei ole sugugi laastud ega katuse papp. Nad on tule suhtes häda ohtlikud.

9.) Korstuad. Nad on sellised et suitu välja viia ja teinekords ühendatakse need ventilaatoritega. Korstuaad peavad olema rohe minema, lähemad uad põiki, mis on minema alati. Suitu läbi. Korsten peab seest sile olema. Nad ei tohi liiga kõrgel üle katuse ulatada. Liiga kõrged korstuaad sattuvad õhukesse alla, mis suitu alla rõhuks.

10.) Põrand ja lagi. Põrand ei tohi vett läbi lasta. Seal all lähemad viiskes õhku tõuseb ja teinekords võib seal palju prahhi siiguda. Nad ei tohi kõrgemad olla ja peavad tule kindlaks olema. Klassitaval ei tohi seal olla, kus kütta põrandalune on, see toob kiilum jalgu. See lastakse vee ringjooksu. Lagi peab hästi kindel olema. Sellised pannaorke pappi, kõrgi



Kordi, Vilti jõe vahel. Mullaga täita  
ei ole lubatud, sest see on harilikult väga  
heidetega segatud. Sellis peab tarvitama  
pestud liiva. Värskevee laad ei sinusta  
tõmbest, uast see soojus. Põrand oleks  
kõige parem taimepinnast panna see  
linnulemm; selle all on pinn.

11.) Sisse ja väljakäiguol. Tga 250-300 äpi.  
Lase peale peab olema sissekäiguol.  
Opetajate rummi peab olema iseseis-  
vaks. Väljaspool ei tohi ihtegi astet alla,  
need peavad natuke all olema. Need  
peavad vähemalt 15m. laiad olema.  
Linnud oleksid kahe poolega /üks ruum  
teine lahti/.

### 12.) Jalamägede puhastamine.

Enne eestkõrgist sisse minekut peavad jões  
puhastatud saama. Et klassi rummidele  
tolmu ei saaks kanta, peavad sisse  
ja väljakäigu kohad puhastatud

saama. Sellens väikseid vaud varbad  
ehk võimed, siis mõeld olla 1ga klassi  
kohta 1-2. Põrsel ajal on soovitat sae.  
purugi eeskotta riputada. Kui õpilased  
on kokku kogunud, koristasse sae püü-  
ära. Eestruumid alati soovitat koridor ja  
siis viiete ruum. Riistumist ei tohi kas-  
utada vastepidi olla, sest see sünni-  
taks tõmbust.

13.) Trepid. Trepi peab paigut olema, nad  
ei tohi õiged olla, vaid peavad luure-  
olema. Nad ei tohi pöörd trepid olla  
Nad peavad puhkepaikadele olema  
Astmed ei tohi liiga kõrged olla, et  
väikeste lastele au see rahjulik. Trepi  
olema kõrgus 14-18 cm, laius 25 cm. Trepi  
mõlematel pool peab sinool kaitse  
olema. Trema peab lihtne olema. Käs-  
püü peab olema sellen, et lastel õi-  
malik alati toetada.

- 14.) Jalutusruumid. Kõikidest klassidest viivad  
uksed koridorile. Koridori laius 3-4 m.  
Tõrand peaks, kas parkett, ehk linoleumiga  
kaetud olema. Jalutusruumid võib tempera-  
atuur madalam olla, kui klassis.
- 15.) Uksed. Uksed soovitavaks kahe poolega  
lahti käima peaksid need koridorile  
poole. Nende peaksiid käepidemed nii  
kõrgel olema, et kõik lapsed seda kätte  
saaks. Uksed peaksiid valgeks värvitud  
olema. Nende kes on aknaol 15 cm.  
kõrgusel.
- 16.) Välguavused. Peab olema igal koolikujal.  
Need peab katablumina.
- 17.) Koolikujade tarvitamine. Maja eluta-  
misel saab palju vett sinistesse segatud  
(3-4000 paugil). See sinistakse niis kust,  
süü paugid on vett tõus. Kui kütetase,  
aknaol lahti on ja valgus kuu on, siis kuu-  
vab maja vett. Kõnalikult peaks aasta

Kuidatama.

Klassituba. Nüüdmine klassiruumide kohta on kõrge suurem. Õpilaste arv kohta on mitme sugused arvamisel.

Rahvakoolides 40-80, keskkoolides vähem. Kui õpetaja väga palju on, siis ei saa õpetaja kontrollida. Lapsi ei saa korralikult kuulata.

Klassipikkus. On kindlaks tehtud, et iht 4m. kuni 9m. kaugusel hästi võib näha. See on keskmise. Kui ei tohi klassi: toa pikkus üle 10 m. mitte alla.

Laius. Valgus peab ihtlalt poolt tulema.

Valgus kahaneb väga tugevalt (4m-80%; 2 m.-50%) kui klass väga lai, siis ei ole ventilatsioon täielik. Lai ruum lastakse üle vaatest ja ka raami kaudu. Kui ruum 3 rida pikki, siis oleks laius 6 m.

Kõrgus. Tema on ohumini testussel. Mida kõrgemad aknad, seda parem

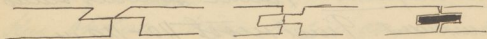
6  
Valgus. Kui ruum liiga kõrge on, siis  
oleks hoolde väga halb. Keskmiselt on arva-  
musele jõutud, et 4-4,5 m. kõrgusest küllalt  
on.

Põranda pind. Pinnas ruumis oleks  
ära pinnistatud. Pinge muut 110-120 m.  
Kad peavad välimistest siintest veel  
olema. Vähemalt  $1\frac{1}{10}$  m<sup>2</sup> põrandas pinn-  
da iga õpilase peale tulema.

Õhu ruum. Arvatakse suuremates 56  
m<sup>3</sup> ja väiksemates 7-8 m<sup>3</sup>. Mida vähem  
ruum iga õpilase peale, seda rohkem  
soojust ja tolmu.

Põrand. Põrand peab olema õhu kii-  
de, tomu ei tohi tolmu ega vett vastu potta,  
muud ei tuleb peale selle vedeldamiseks mis  
parast rakupilexi gaasi sünnitab. Ei tohi  
lõhesti alla, kus väiksemad ruumid  
kõige parem on väikestest laudadest.  
mille peale tuleb, laius 10 cm, pausus

2 1/2 cm. Niisugune põrand on parrett  
tõmmu pinnest. Tema vastab nõuetele ja on  
reigi puhastada.  
Lühendamine viisil.



See põrand on siis hea, kui tema on  
liivkividega kaetud, ta on veekindel,  
takistab hõõlt ja ei ole külm. Võiks  
minimaal õliga põrandat üle tõmmata,  
see võttab veini talumise eel ja külge. Kui  
40 m<sup>2</sup> põrandat üle tõmmata, läheks  
15 klgr. Kui teola aga teine kord umbes  
1/2 aasta pärast üle tõmmata, läheks  
3 klgr. Kui lähel lga kord vähem. Põran-  
da <sup>1/2</sup> korda lühendamine ei tohi tõi minime olla,  
vaid õige, kumme. Niisugune ka  
lõu murgas. Niisuguse teie murgas  
ei kogu talumise. Kõeli lase ja minime  
peavad siledad olema.



Lagi. Lagi peab valge olema. Sellega võiks valguet testida. Tema peab aga meelt olema, saavad see silmadale rahulik.

Siinad. Siin värv ei tohiks mitte eiiga kelle alla. Tema peab hall või rohkem olema, isikaravil see siin, mis õpilaste vastu on. On soovitatud ühetaseme värv (mitte kirgi). Alumiini järgi võiks tume daum alla, muide tema segaks valguet. Alumiini tehakse punist, aga siis peab tema täiesti sile olema, ka ühesooluse põhjad.

Valgustus. Pundulike valgusega klassi. tubades, tuleb ühtinuse nõrgemusega silmi väga palgi. Mida suuremad aknad, seda kallimeas tema lähem. Valgust mõeldakse kiitavaldega. Normaalsel kiitaval on misegusest, mida 6 tükki maalas on. Ühes tunnis 4 päes meid 7, 70 gr. Lük on 0,45 aü. Kui on

pilvise ilm, siis on valgus 100 meetri kuu-  
malt. Mida kangumal, seda vähem. Kõige  
pimedam klassi mure peaks vähemalt  
100 m. k. Isolemliku valguse taeva servast.  
Mida kõrgumal maaja, seda paremini  
valgustatud. Valguse summu pimes on  
see tähtis, kui palju taevast näha on.  
Möödetakse seda taeva serva, mida mis  
klassi väline. Mure, mis aärmiste valgus-  
kiirte vahel on peab olema vähemalt  $5^{\circ}$   
valgus ~~sisse~~ kiirte sissetug, mis mure on  
mure, mis on aknast sissetugiva, kõige  
kangumal siia kiir ja pimeduse tosa-  
pinnal vahel. See peab vähemalt  $27^{\circ}$  olema.  
Aknad. Need peavad ikka pimedumal  
pool olema. Igal klassil peaks 4 akent  
olema. Akna kõrgus põrandast  $1\frac{1}{2}$  m.  
Need peaksid võimalikult laeni ulatama  
Mida lähemal uude laele, seda vähem  
saame valgust. Nad ei tohi ülevaalt loo-

gatastava olla. Klaasid seisavad raa-  
 mides sees, need peaksid äge kitsad ja  
 valged olema. Klaas hävitab valgust,  
 sellepärast valitagu kõige parem klaas.  
 Väike tolmu hävitab juba 40-45% valgusest  
 ära. Paks tolmu hävitab juba 80%. Kõige  
 kordseid aknaid on tarvilikud ka, kus  
 tule suurt ja ka talvel. Vähesiinaad  
 aknaid vahel peaksid kummal olema.  
 Kõrgeinaad taristavaid valgust. Kus peeti-  
 ke sejas, sääl tuleb pühuse kiired, mis  
 lase peale paistavaid, taristades. Akna  
 lauad ei tohiks lilled olla jaks olla. Nõnda  
 taristavaid akna avamist. Pimed pea-  
 vad 20 m. kühinaid ei eemal olema.  
Kuudatuse valgustus. Kuustline valgus  
 peaks loomulik valguse samane olema,  
 tema peaks olema vihtosane. Valguse  
 värv peaks valge olema. Punaane valgus-  
 tus väsitab silmi. Nõnda ei tohi

soojust sünnitada. Ei tohi ööme rikkumist  
olla. Peab tule kindel olema. Põlvkonn  
peab pühast olema, et tema ei plahta-  
takse. Gaasivalgustus on ööme rikkumist.  
Gaas sünnitab liiga palju soojust. Kõi-  
ge parem on elekter. Valgustus peaks  
olema ka paremolt paist. Ühe miisug-  
se klassi peale aoks 8-9 lampi, iga lamp  
20 meetri kinnalt. Ühe tüüpe valgus sä-  
rat. Ühe taolise valgust saab siis, kui kii-  
red raavade enne lasku jühitud ja  
sealt lähemale nad ühtlaselt kinni:  
Jasustuse ja käsitöö saadid peavad  
paremini valgustatuse olema. Need  
mumid on soovitavale põhja  
pale. Mõnes koolis tarvitakse lase  
valgust. Tüüsiha ja klemia mumid  
des peab tõmbe-kast olema, mille kuu-  
du võib halbu gaasi põuale seata.  
Et kõik uüksiid, peaks pöranos tagant

st kõrgem olema.

Pingvõid. Pingvõid peavad olema: vabalt  
istumiseks, seisumiseks, vaba piiride ja  
väga astumiseks, peavad olema parr-  
jaot mugumiseks. Kui piiridele mõeldud  
mitte head ei ole, võib ette tulla rü-  
ko võrreust jne. On otsusele tulnud, et  
piiridele mõeldud laste kasvule peavad  
vastama. Keskmise laps võib istuda  
110-120 cm. pingis. Pikkusele peaks 7 ~~teatud~~  
tunnust. Iga nunnaga peaks kõikum-  
mine 10 cm. On misuguseid piire,  
mille suurus muutub. Misugused  
pingid on kalliis. Tähtsamatel asad  
selgitud, piir ja laud. Pingid on  
kohustatud. Istme kõrguse piir  
peaks arvesta võtta lapse täpse  
pikkuse. Kui iste madal on, siis  
tuleks põlve piir täpsuse ja  
see täpsustab väga palju. On jäla-

laual, siis ei ole üri palgi telum. Niigi  
kõrgus põrandalt  $\frac{4}{7}$  kehast ümber.

I 32 cm, VII 49 cm.

Kui 1ste lai, siis ei ole istumise kindel.

Laius oleks  $\frac{2}{3}$  säärest ehk  $\frac{1}{5}$  kehast.

I 23 cm, VII 35 cm.

On teema liiga lai, siis ei saa õpilaue  
vabalt istuda. Istelaue peaks vastama  
peka ehituseli ja sillepärast peab 1ste.  
laual tagant laenu allu, loka pool.  
2 cm.

Selja tügi. Selja teetades pühkavale  
lihasele. Selja toe alumine jagu 16-24 cm.  
pinnalt peaks allu olema. Siis tuleb  
kumerus. Üldiselt oleks seljatoe kõrgus  
 $\frac{1}{4}$  keha ümber. Üle 16 cm. oleks teema  
laha poolle kumer. See annab väinua.  
luse lapsel vabalt istuda. Seljatoe kaalus rau-  
gus on 19-24 cm. Tean, mis on hõlpsalt allu  
jook laua esimest ahist. Laua teema ja ist.



10 mm keha kõrgus (vähem kõrgus). Vabalt sirutades  
 on plus vähem kõrgust kuni 6 cm. Kirjutamise  
 tavalis on minus vähem kõrgust. Kui vahe liiga  
 lai on, peab õpetama ettepoole kummarda-  
 ma. Püügi sirva ja laua sirva vahe oleks  
 4-6 cm.

Kõrge määb 25 cm. kõrgusel. Järgmisteks on  
 laua lamendusest tavalis, see peaks olema  
 15°. Et ära kirjutada, peaks laieus laud  
 olema 33-40 cm. Laua pikkus 120 cm. Laua  
 vahe kõrgus peaaegu 1/6 keha suurusest  
 Kui on tema liiga kõrge, peab käed  
 ülestõstema. On tema madal, lähed  
 selgroog kõveraks. Vahe kõrguse tähts.  
 sus on selles, et kehale õiget siru anda.  
 Sirumiseks on veel suuremat vahet tavalis,  
 kõrgus kuni 10 cm.

Püügi tüübid. Kõrge parem on need.  
 millel liikuvad laua, millel  
 võib jalalauda ja istumise lauda tõsta.

Pingrid peavad olema kergesti puhastatavad.  
Tahvel. Tahvel peaks võimalikult suur  
olema. Tahvel ei tohi särada. Tahvel  
peab olema asetet sinna sinna kus au-  
uaid ei ole. See on, kui mitte valges mitte  
otsa tohvi peale ei tule. On otsuse jõudud,  
et kõige parem on mustad tahvid valge  
pinnaga / välimaal on valged tahvid. Kuit  
peab paberi sees hõlmed saama, et mitte  
kõrge ära ei määritaks.

Süütmünd. Peavad olema ained, mis  
kerge pesta. Neid tuleb lihtsasti pesta.  
Ka paberi korv peaks klassis olema.

Õhu tammud.

Õhu koostis:

O - 20,7%

N - 78,8%

CO<sub>2</sub> - 0,04%

Hum - 0,47%

rikustata  
õhk

Klassi toas: O - 13,4%

N - 79,2%

CO<sub>2</sub> - 4,2%

rikustatud õhk.

Siinse annab enese pehast auru ja soojust. Kui  
 liiga palju auru õhues, siis on auramine  
 tarastud, nii et inimene ei võivad ka minna  
 ja auru kätte surra. Tuumi alguse ja tuumi  
 lõpu temperatuuri vahel on mitu kraadi  
 vahet. Klassi ruumi võib akende kaudu tunda  
 tunda. Vahetundidel on soovitatud et õpetajad  
 kõrg klassist loobuksid. Siin on õhu vaha-  
 tamine, sest 5° temperatuuri vahel halvas  
 juba õhukvaliteet. Mida suurem temperatuur  
 vahel, seda parem tuleb tunda. Tuleb märkida,  
 et veel alamas isäralised tühjastorud ja  
 aparaadid. Neid abil võib alati tunda  
 tunda / igasuguste temperatuuri vahel  
 jures /

Täiendav auk. Kõik õhk tuleb ülalt  
 sisse, kuna rikutud õhk alt jooksalt välja  
 läheb. Ülalt sisse tuleb õhk soojem  
 ülalt. On alamas veel korral ruumid,  
 kus õhku puhastatakse ja soojendatakse

ning siis see õnn klassi rõhutamise.

Kiitumine. Põhjalikuma tunnetamise jaoks on kiitust tarvis. Klassika soojus tunni algul  $16^{\circ}$ - $17^{\circ}$  tunni lõppus  $19^{\circ}$ - $20^{\circ}$ ; võimlemise saalis võib olla  $13$ - $15^{\circ}$ . Pärast annab kõige väheem soojust, siis kivisisi, kõige rohkem annab soojust gaas. Kiitumise juures tekkivad gaasid, mis kogelivad ruumesse tihedale, niatuseks  $\text{CO}$ , mis vere liblede peale hävitaval mõjub. Selleks peavad korruseid alama hästi ehitada, et need gaasi kõrvaldada. Soojus ei tohi mitte õtu kogu soojus allkatest (kiitumise) tulla, vaid kaundsest. Kõige parem on keskkütte, mille keskkütte keldris.

Õhuga Kiitumine. Tule juure lastakse õnn, mis soojendatud saab ja siis klassi juhtakse.

Kaasimise puhastamine. Talu äritas ila vahet, teema võib koguni kuumustada

Kuhu pritsilased võivad siia minna, siis  
 veel orgaanilised ained, mis koguni min-  
 gi on. Pritsilasi on tolmus väga palju.  
 Puhastamisel jures ei tohi õpsilased  
 osa võtta. Iga päev tuleks kõie puhu-  
 tada, iseäranis piirkode alused.  
 Uksed, aknad, laed tulevad üps kord  
 kuu peeta. Aknaid tuleks üle kogu  
 müdalala peeta. Neli korda aastas tuleks  
 kõik korralikult puhastada. Tolmu  
 vastu on kõige paremad universaal-  
 õliid. Olitada tuleks 5-6 päeva enne  
 kooli töö algust. Lada tuleks teha üle 2-3 kuu.  
 Tolmu kõrvaldamiseks on almas selle koha-  
 sed aparaadid, mis tolmud ära imevad.  
Välja käigu kohad. Väljakäigukohad peaksid  
 2-3 seina taga olema. Eestis peaksid uue ules  
 ules seatud olema. Pritslaste jures tuleks  
 iga 40 õpsilase peale 1 väljakäigu koht.  
 Pritslaste jures iga 20 õpsilase peale üps  
 koht.

Iga iste poht peab olema iihendunud tööga,  
mis katusel viib. Tõus peab olema veri, mis  
gaas läbi ei läse. Väga vedamist peab  
ajal ajal taimestama.

Erge kava. Kõik väimlane elu alevib ära  
määravast. Kui maie teda põhjalt kuit  
tunne, võib teoreetiline mõeldmine tärata.  
Tema seisab koos üpsikutest osadest. Mõni  
kind on valged, nad kannavad arstist  
edasi. Töö on raskustes, mis hall on. Iga  
rakkus on väike keskne ja selle sees veel  
teine keskne. Igal rakul on palju  
haru. Ühel pool on pikad kiud, mis  
sünnitavad uueid kärke. Kiud on ümb-  
ritsetud. Limbikiud on lühikesed, mis  
uueid kiudega rakkus kasvab, mis  
sünnitab teine valu. Mõni pinnal  
on tundelikkus rakkusel. Neude  
rakkude harud lähevad kuni ümbruse



radum ja sealt jälle edasi. Vältakse kord pea  
ajast, püüakse vedeldada sisse, hõõrutakse ära  
ja saabki miinimum pilt:



Täiskasvanud inimene ei reageeri mitte iga  
ärrituse peale; laps tuleb seda sageliasti:

Loogressi. Vesi peaks olema külge, maisteta,  
ilma presilasteta ja sooladeta. Kõik ei  
tõhi. Väga kõrgi pöörade ja sagedate juures  
olla. Mida siigavamal veri, seda puhtam  
ta on.

Peaapi. Sõltuvalt nääme hakk. väär-  
rakud. Millel peitub elu. Kui keskkehale  
saaks lahutada, sureb protoplasma. Bio-  
loogid ütlevad, et elu on keskkehast ja  
keskkehast. Seda võib mõnda rakukest  
jagunemiseks. Elu peaks siis keskkehast  
olema. Eegikava korraldab ühiseite  
rakukeste tead. On näinud, et; siis

Kõikumis see elund ära. Loodes on juba kindel  
arv närvide, juure neid ei tule. Elujõudlik  
rakurakse algul ja keharakse vahel peab  
ainete vahetus olema. Närvikaval peab olema  
hapnikku, toitu, vett, soojust. Suur peaaegu  
taastab rohkem hapnikku, kui liigeldas  
närvikava. Arvatakse kehal veressoon, siis  
ei avalda keel ühtegi eluavaldust. Paljas-  
tume ühe närv, pigistame sola, siis liigub  
vastav elund. Kui võib keel veel 1/2 tundi  
olla. Seda seletakse hapniku puudusega.  
Suimene, kui temal on suurim verevool,  
kustab müristuse, hingamine kestab edasi.  
Mida kõrgemal inimene, sola vähem on  
sola hapnikku, inimene väsimaks, laseks.  
Vähese hapniku juures inimene tavaliselt in-  
imesed ära. Hapnik on tahtis ainete  
vahetusel. Hapnik aitab müristid  
kõrvaldada. See hape võib halvavalt  
inimese peale.

Närvikava tõstamine. Nälginud inimene  
(või) väsis rütmis ära. On leitud, et näl-  
ginud inimene kõige tähtsam elund kaotab  
kõige vähem. Veel on ka väga suur tähtsus.  
Kui vett vähem on arstid suurem. On  
liiga kiire, siis kiirgab inimene. Vee  
joomiseks peaks veri kätte saadav  
olema, et närvikava ei kaunatses.

Soolad. Soolad on tähtsad toiduainete  
liikumises ja tarvitamises. Soolad  
tõstavad arstid ja arstid, aga selle  
järges väsimus.

Soojuse tähtsus. Soojus on tarvilik.  
Sool annab keha soojuse ära, ei ole see  
mitte võimalik, siis on elu häiritud.  
Suvel lähivad veresooned laiemaks, veri  
läheb maha ligidale ja siis suureneb  
suurem jahtus. (jahtumise). Külma  
hüües on see vastupidine. Hüües mil-  
ma jätk, kui temperatuur alla  $22^{\circ}$

laugel, võib surm tulla. Siis suure soo-  
just jures tuleb ka surm, ikka enne  
mõistatuse kaotamisega.

Arstuse tähtsus. Kõik mis meie vastu  
võtame sünnib arstuste kaudu. Tavaliselt  
elunditel on väikesed aparatuurid  
olemas. Need võtavad kinnust vastu  
ja saavad teema peajusse. Pealt  
pealt saavad väikesed anumad lihastele  
ja orgaanidele. Kui meie mõeldes seismis-  
toidu värvide kätte löikame, siis jääb  
hingamine seisma. Kui aga see kõrgem  
nõuab, siis arstada, siis sünnib jälle  
hingamine. Arstid arstid tavaliselt, unustada  
ei toota elund mitte. Nõuab koeral  
seoti silma kiirist; kui teema peajagi unustada;  
kõik et silma täiesti arenevast ole. Sellest  
järel oleks, et elund ainult siis areneb, kui  
teema arstid saad. Arstid jäävad pea-  
ajuni ehk selgrooni ja sealt läheb teema

elundorn. Näitus eks rõõdumine, see sünnib  
ilma peaagi kaasteguseta. Tähts on siin  
see, et keskkaevikava siis nii palgi ärtuad  
ei saa. Kui peaagi kaasa ei tasta, on liig-  
tas palgi väiksem.

Keskergurava. Peaagi hall osa sisab üksikute  
rakendust koos. Igal kohajal on oma vastas  
keskkoht peaagis. Palgi elundide tastaad  
ilma meid takkumeta.

Väsimus. On arvamise, et ühe elundi väsi-  
mus ka tuge elundi peale mõjub. Väsimust  
möödetakse lõhaste järel. Peab üles kirjutud  
mis suguse aja jooksul sõim mis suguse töö teib.  
Alguks teib tema rohkem, siis roka vähem.  
Väsimus töö mõjub keha peale. Et väsimust  
mööda, sellers on väga keerulised aparadid  
olemas. Väsimust kätutakse veel tunde-  
likusega. Meie kehal on üks kindel raugus,  
mille juures meie happeame ära tunde-  
kalt värgitust. On keha värskeim, on värskeimad

Vahesi. tunda; au teine värsind, siis au vahe  
palju rassem tunda. Selle varel võib ainult  
üksikud murida.

Psühholoogiline  
muutus viis. Tarkane diktaati; sõnade  
itlemist, armude kokkuarvamist. Tundide  
algul au need teed palju paremad ja kerge-  
mad.

Mälestus tüübid. 1ga koolilaps tarkat  
tunpimise meetodid. Korratud pehme õppi-  
mised peamised takistatud olema. Tüna õppivad  
virent, teres, aeglaselt. Tütarlapsed au rohk-  
kem uagijad tüüpust ja poisid kumjad. Kui  
midaugi pehme õpitakse au 2 viit. lks au osa  
õppimist ja teine osa au teine terve laulu  
korraga õppimine. Mõitue korale läbi  
lugemise järel jäib lõpurs laul kõik  
meel. See au parem meetod. Tagude  
kaupa õppimine au korratune. Mees  
põlamine kasvab kuni 25 aastani. His



jääb tema seinma. Täiskasvanud võivad  
palgi vohkem õppida, aga lapsel jääb tema  
kaumaks püsima. Abstraktsine õppimise  
minne algab 14. aastaga. Laps sünnib ilma  
kudoluis ja pünnelana. 6. eluaastani jõuab  
tema juba aru saada nii, et ümbrusest temale  
võib olla. Siis võib tema juba kooli minna.  
Muustamine sünnib meelkoostiselt.

Meelprotsesside tõstmine. Lõuade viim ja  
kõla. Nõrga teadvusega laste juures valitseb  
tema üld affekt, nii et tema ei saa tähele-  
panemist selle juures olla ja temale ei jää  
midagi meelde. Naivus ei edene, kui inimene  
on kehaltelt väsinud on. Energiat peab  
rohkem hoiduma, seda peaks kaituma tõsta.

Keha ja intelligent. On kaitstud põhjoni  
leida väsimise areminis ja keha suuruse  
kasvamise juures. Kõige suuremal pead  
on kõige parematel õpilastel, keskestes  
õpilastel on keskmine ja võrkadel edasi.

jõud jätel väikesed pead. Liiga lihtisest  
inimesed on haiged. Tunnustuse väga and-  
muse juures peaks ka õpilase tervist ära  
tõhustama.

Käär ja kõue teravkõne. Hingamist raskus  
käär. Hingamist jaoks on hingel tõus ja  
kopsud. Paha laulmine oleks ära hinga-  
mise orgaanide tegevusest. Kui tahet jõudu  
tarvitada, võib kopsu rohkem õhku sisse.  
hingata kui harilikult. Liikuvad õhku on  
kopsudes 3500 cm<sup>3</sup>. Naiste rahvas hingab umbes  
2500 cm<sup>3</sup>. Mälestuse seda sepiinametsatiga.  
Mida noorem, seda vähem. Korraliku kääre  
tekkimiseks on heade hingamist tarvt.  
Iks hingab õlgadega, teine rinnaga ja  
kõhuga. Naiste rahvas hingavad rinnaga  
meeste rahvas kõhuga. Käär sünnitamine  
on tähtis kõne press, see on aparaat,  
mis suurendas õhu väga tegevust. Kui  
inimene hingab õlgadega, siis ei ole hinga-  
mise laialine ja siis ei ole ka laialist käärt.