

ABONNEMENT

Pays étrangers

Pour un an : 2 Dolars

Edition spéciale : 3 Dolars

ADRESSE

«İdjtihad» Constantinople

Téléph : St. 865

xxviième ANNÉE

1 Septembre 1931

İCTİHAD

Türkçe ve Fransızca
İLMİ, EDEBİ, İKTİSADİ

No : 328

ABONNEMAN

Seneliği (24 Nushâ) Türkiye
için: 2 1,2, Ala kağıdı

5 liradır.

ADRES

Cıgaloğlu'nda İctihad Evi

Tarihî Te'sisi

1904 — Genève

Yirmi yedinci sene

1 Eylül 1931

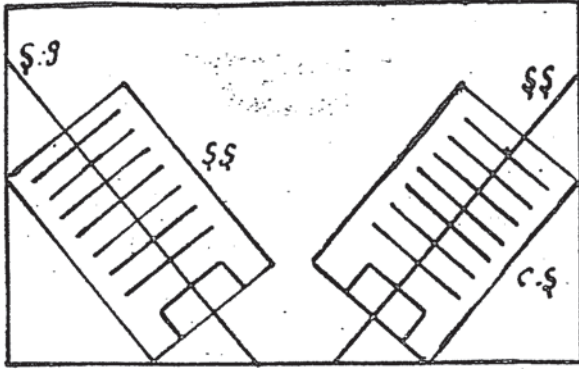
A'MALIĞIN SEBEBLERİ

ve

A'MALIKDAN KORUNMA ÇARELERİ

'Umumiyyetle binanın cebhesinden ziyade zaviyelerini şimal, şark, garb, cenub noktalarından birinin istikametine getirmekle iyi vaz'iyetli bir çok dersaneler elde edilmiş olur. Konulan bu principler, memleketimiz

zemanlarda İstanbul da yapılan İlk Mekteb binaları bu sıhhat şartlarını hemen hemen tamamen cami'dir. Şekil 1, 2, 3 Mekteb binaları mihverleri için iyi vaz'iyetleri gösterirler.



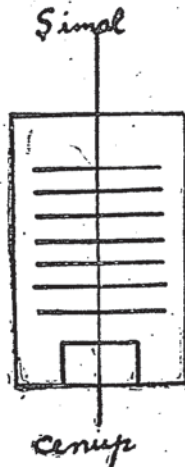
Şekil 1

Şekil 2

gibi mu'tedil iklimlerin memleketlerine mahsusdur. Cenubî memleketlerde dersanelerin doğrudan doğruya şimale müteveccih olması en iyi vaz'iyet olur. Bil'aks (İngiltere) gibi şimalî memleketlerde, semanın kararması ve rutubeti cihetile tamamen cenube müteveccih vaz'iyet en iyi vaz'iyet olur. Ba'zı kerre meselâ yüksek bir sıra dağların yahud da'ima esen bir rüzgârın bulunması gibi tamamen mevzi'i ehval, hususî veche ve vaz'iyet ittihaz olunmasını iktiza etdirir.

Işık yökarıdan geldiği vakit binanın vechesinin, her halde, ışık nokta'i nazarından ehemmiyeti sakıt olur.

Mekteb binalarının yakınında mektebin havasına, güneşine, sükûnetine mani olacak binalar bulunmamasıdır ve yukarıda zikr etdi-



Şekil 3

ğimiz veçh ile her şakird oturduğu yerden lâ akal 30 santimetre uzunluğunda bir sema sahası görebilmelidir. Haydar paşada Tıp Fakültesi, Paşaaltıda Harbiye mektebi ve son



Şekil 4

Pencerelerin vaz'iyet ve vüs'atları—

Tepeden tenvirin daha fazla ışık verdiği şüb-hesizdir. Cam tavanın kışın karla örtülerek karanlık etmesi ve yazın güneşin fazla te'siri altında bulundurması mahzuru vardır. Sıcak memleketler için bu münasib gelmez. Mu'tedil memleketlerde bu iki mahzurun çaresi bulunur: Kar yağdıka süpürülür, fazla ışık dahi perdelerle ta'dil olunur.

Işığın tepeden gelmesi, ya'ni dersanelerin tavadan tenvir olunması en iyi tenvir usulü kalmaktadır.

Pencerelerle tenvir olunduğu vakit ışık sol tarafdan gelmelidir ve sağ tarafın en son sırasında bulunan şakirnin önünü kâfi derecede tenvir edebilecek yükseklikde ve genişlikde olmak lâzım geldiği gibi mümkün olduğu kadar tavana yakın olmalı ve alt tarafında dışar olarak bir metrelik mesafe kalmalıdır.

Dıvarların rengi tenvir üzerine hakikî bir te'sir yapar. Bu hususda uzun tetkikler yapmış olan Dr. Cohn dıvarların parlak olmasızın açık gri renkte olmasını en muvafık bulmuştur.

Doğrudan doğruya güneş şu'a'ı sıralardan

uzak bulundurulmalıdır; bunun için gri renkte istenildiği kadar aşağıya çekile bilen perdeler en muvafıdır.

Sun'î Tenvir — Sun'î tenvir yazın akşam ve gece dersleri, kış mevsiminde de sabahları bir ve hattâ iki sa'at zaruridir.

Sun'î tenvir orta ve yüksek mektebler için lâzımdır ve bu sınıf mektebler şehirlerde bulunduğundan elektrikle veya hava gazile tenvir olunurlar; zamanımız da şehirlerin elektrikle tenvirine başlanmıştır. Anadolu da elektrikle tenvir olunmuş büyücek şehirler çoğalmaktadır; ehemmiyetlice mektebler kendi müesseseleri için bir motör ve bir dynamo kurarak hususî elektrik nuru istihsal ve isti'mal ediyorlar; elektrik ampullerinin donuk renkli olması ve kâfi mum 'adedi kuvvetinde bulunması icab eder. Siyah tahta, çukur ciheti siyah tahta tarafına çevrik bir abajurla örtülü bir elektrik ampulu ile tenvir olunmalıdır. Resim salonlarının elektrikle tenviri ve kuvvetli elektrik lambalarının ziyalarını tavana attıktan sonra ziyayı tavandan aşağıya saçacak vaz'iyette bulunması münasibdir.

MEKTEB MOBİLYESİ

Mekteb myoplüğünün en mühim bir sebebi şakirdlerin gözlerini eşyaya, kitaba, yazıya luzumundan fazla yaklaşıdırarak gözün mutabakat « Accomodation » denilen fi'lini, gördükleri işin istilzam etdiğinden daha ziyade icra ettirmeleridir; üzerinde işlenilen eşyanın uzaklığı yakınlığı vücudun büyüklüğü ile mütenasib

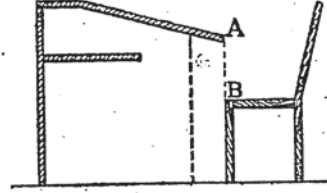


Şekil 5

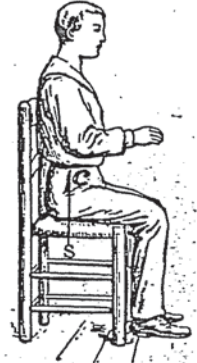


Şekil 6

olur; küçük çocuklar, kolları kısa olduğundan, kitaplarına, yazılarına, el işlerine, bizzarure,



Şekil 7



Şekil 8

büyük çocuklardan veya yetişmiş adamlardan daha ziyade yakın bulunurlar.

Yaşın husule getirdiği farklarla mütenasib olarak çocuğun vücudu neşvünema bularak kollar uzadıkça gözün fazla mutabakat cehdinde bulunmasına lüzum azalır.

Vücut büyüklüğünün tesbit ettiği hududlar dahilinde, üzerinde işlenilen eşyanın bu mesafesi [ya'ni göz ile eşya arasındaki mesafe] aşağıda sıraladığımız 'amillere göre değişir, bunlardan birincisi müstesnâ olarak, cümlesi elimizdedir.

- 1 — Gözün kuvveti ve ziyayı inkisar ettirmek kabiliyeti.
- 2 — Tenvir.
- 3 — Eşyanın büyüklüğü.
- 4 — Yazı usulü.
- 5 — Mekteb sıra ve masalarının i'mali.
- 6 — Şakirdlerin mu'tad yaz'iyetleri.

Vücudunun yukarı nısıfı düz kalır, kalçalar ve omuzlar masanın kenarına muvazi bulunur ve baş düz yahud hafifce öne doğru meyl ederse şakird iyi vaz'iyette bulunuyor demektir. Ayaklar döşeme üzerinde bulunmalı ve bel, böbrekler hizasına kadar yükselen bir sandaliye arkılığına dayanmalıdır. Böyle bir vaz'iyette tutulursa bel kemiğinin bükülmesi hastalığından ve tam körlüğe kadar varabilen myoplukdan çocuk muhafaza edilmiş olur.

Mekteb sıralarının bu maksadı te'min edecek yolda i'mal olunması lâzımdır. Bu hususun tafsilatı Mekteb Hıfzıssıhhsı kitaplarında bulu-

nur. Biz burada gözün Hıfzıssıhhası noktasından esasları zikr ile iktifa edeceğiz .

1 — Sıraların eni boyu — Her sınıfta mekteb sıralarının eb'adı, ya'ni ini boyu muhtelif olmalı ve bu sınıfa devam eden çocukların boylarına uygun bulunmalıdır .

2 — Masa ile sıra arasındaki 'amudî mesafe vücudun 8 de 1 i kadar olmalı . Bel sıranın arkasına dayanmış ve dirsek masa üstüne kalkmamış bulunmalı.

3 — Masa ile sıra arasındaki ufkî uzaklık menfi olmalı, ya'ni yazı yazmayı kolaylaştırmak için sıra yahud sandalye, masanın kenarının altına doğru bir az ilerlemelidir .

4 — Sıraların yüksekliği — vücudun 7 de 2 si kadar olmalı .



Şekil 9



Şekil 10

5 — Sıraların genişliği — Vücudun uzunluğunun 5 de 1 i kadar ya'ni 22 ilâ 33 centimetre olmalı, her şakird için yer 64 centimetre olmalı, bunu 45 centimetreye kadar indirenler varsada doğru değildir.

6 — Sıraların arkılığı böbrekler hizasına kadar çıkmalı ve beli ihata edecek şekilde bulunmalı .

7 — Masa çocuğun düz vaz'iyette bulunmasını ve kolların hareketini kolaylaştırmak için masanın plânı çocuğun önüne doğru meyilli olmalı .

8 — Masanın genişliği şakirdlerin boylarile mütenasib ve en aşağı 40 centimetre olmalı .

Bu sıhhi şartlar ifa olunduğu halde , yine i'tiyad neticesi olarak fena vaz'iyet alan



Şekil 11



Şekil 12

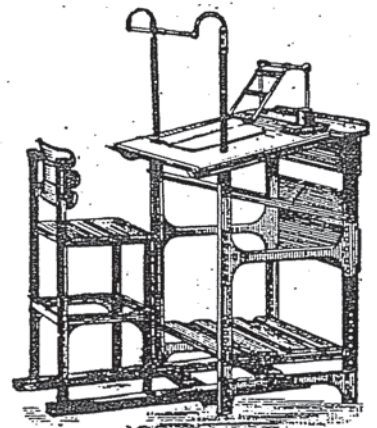
şakirdler de bulunur . Bunlar yazıdan , kitabdan veya la'alettayin üzerinde işlenilen her şeyden, alını , mu'ayyen bir uzaklıkta tutmak için, Kallmann isminde bir zatın icad ettiği bir cihazı [Şekil 4] kullanılmalı . Myop olan şakirdlerin miyoplukları muvafık gözlük camları ile tashih de edilerek bu cihazlardan çok istifade olunmuştur .

Sıra ile masa arasında irtifa'ce bulunması lâzım gelen fark (şkil 7) de ve şakirdin böyle bir sıra önünde ve mekteb sandaliyesi üzerindeki sıhhi vaz'iyeti (şekil 8) de görülür. Fena vaz'iyetler (şekil 5,6,9,10,11,12) ve (şekil 13) de görülür . Bu vaz'iyetler bütün vücudun rahatsız olmasını ve çabuk yorulmayı ve bakan gözün bakılan eşyaya fazla yaklaşmasını mucib olur . Bu yüzden, gözün dahilindeki küçük 'adelelerin çekilüb büzülmesini ve myopluğu da'vet eder, bu yol nihayet körlüğe çıka bilir.

Dr. Rolland ın Optostat integral [Şekil 14] ismindeki mekteb sıra ve masası her şakirdin



Şekil 13



Şekil 14

boyuna göre indirilmek ve çıkarılmak kolaylığını cami' ve şakirdin fena vaz'iyet almasına mani' olduğundan mekteb mobilyesinin en eyisini teşkil etmektedir.

Meşhu bir göz hekimi, bunun myopluk afe-tine karşı en mükemmel bir silâh olduğunu söylerdi.

ŞAKİRLERE 'A'İD TEDBİRLER

Yazı : Yazı yazarken çocukların aldıkları fena vaz'iyetin nasıl myopluğu da'vet ettiğini gördük ; yazı ile vücudun vaz'iyeti arasındaki münasebet çokdan beri ma'lûmdur . Harflerin yatık ve düz yazılması mes'elesi latin harflerini kabul ettikten sonra, gözün Hıfzıssıhhası mevzu'ı bahs oldukça bizi de meşgul edecektir.

Hangi nevi' yazının göz için daha muvafık olduğu hakkında ittifak yokdur ; fakat ter-cih olunan yazı nev'i hangi nevi' olursa olsun çocukların, gözlerini yazıya ; resme , kitaba , fazla yaklaştırmalarını mu'allim mükerrer tenbih ve tekdirlerle men' etmelidir . Gözü tabi'i bulunan çocukların , eyice tenvir olunması lâzım olan defterleri, kitabları etc.. ile gözleri arasındaki uzaklığın 25 centimetreden az olmasına mü'mane'at etmelidir . Kitaplar için , gazeteler için kullanılan harflerin pek ufak olmaması ve okunaklı olması myopluğun husulü üzerinde muhakkak te'sir icra eder . Bu mes'eleyi uzun uzadıya tedkik etmiş olan Dr.Cohn orta mekteblerin yüksek sınıflarına Stenogra-fianin mecburî olarak konulmasını tavsiye eder. Bundan maksadı ise, şakirdlerin masa üzerinde yazı yazmakla geçirecekleri zamanı kısalt-maktır .

Kıra'at : Yazıları teşkil eden harflerin okunaklı olması, gözün sıhhati için çok lâzımdır. 'Aynı kelimenin yazıldığı harflerin cinsine göre uzakdan ve kolaylıkla okunması değişir . Şu iki kelimenin muhtelif harflerle yazılışına bakmak kâfidir:

TÜRKİYE CÜMHURİYETİ
TÜRKİE CÜMHURİYETİ

Siyah harfler daha uzak mesafeden ve daha kolaylıkla okunur ve göz hiç yorulmaz . Harfler biri birine çok yaklaşmış olmamalı ; satırlar çok sık olmamalı . Bir tarafına basılan diğer tarafına çıkmamak için kâğıt da kalınca olmalı, kâğıdın rengi düz beyaz olmak müreccahdır.

Resim ve el işleri — Bunlar da kıra'at ve yazı gibi, fazla yakından görmenin tehlike-leri vardır. Bu sebeble aşağıdaki ka'idelere ri'ayet olunmalıdır.

1 — Gözün 35 centimetreden fazla yaklaş-masını icab eden el işlerinin men' olunması lâzımdır. Genç kızların öğrenmeleri lâzım olan mu'tad el işleri bu kadar bir uzaklıkta pek 'alâ yapıla bilir. Pek ince el işlerinin çoğu lüks eşyaya müte'alıktır. Bunlarda hiç bir zararı mucib olmaksızın terk edilebilir.

2 — Bu nevi'den tedris pek erkenden baş-lamamalı ; 6 ile 8 yaşları arasındaki çocuklara fazla küçük ve görülmesi güç model verilmemeli.

3 — Resim ve el işleri için salon eyice aydın olmalı, ba husus akşamları eyi tenvir olunmalı.

4 — Mekteplerde dershanelerin mümkün ol-duğu kadar eyi tenvir olunması yalnız çocuk-ların gözlerinin sıhhatını te'min etmekle kalmaz: Çocuklar eyi tenvire alınsa evlerinde de müm-kin olduğu kadar eyi ışık isterler ; mektebde ışığa verilen ehemmiyyeti gören çocuk, evinde de en ışık yeri intihab eder. Bu bir mühim ter-biye te'siri yapar, ve bütün hayatında devam eden sıhhî bir i'tiyad ve zevk olur . Güzel bir ışığın yanında bulundukları halde, bunu bra-kub yarım karanlıkta çalışan kimselerin, göz-lerine verdikleri zarardan bu veçh ile koru-nurlar .

SONRADAN GELEN MYOPLUGA KARŞI TEDBİRLER

Sonradan gelen myopluk kelimelerinden maksad, irsî ve vilâdî ya'ni Ana ve Babadan miras olarak çocuğa geçmemiş ve doğarken mevcut olmamış olan myopluktur .

Hafif myopluk halinde, ittiyaz edilecek ted-birleri baba ve analara bildirmelidir .

Devam edecek

Mes'ul imtiyaz Sahibi avukat İrfan Emin

[İsmail Hakkı matbaası]