Fürs Knabenturnen

Autor(en): **Zoller, Albert**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Schweizer Schule**

Band (Jahr): **44 (1957)**

Heft 4

PDF erstellt am: **05.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-529787

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

auf eine kleine Terrasse kam. Von der Terrasse führte eine Stiege unmittelbar auf das Sträßchen, welches nach dem Dorfe führte.
Auf ihr nun nahm einer meiner Jugendstreiche seinen Anfang. Das trug sich so zu: Ich spielte auf der Terrasse ganz allein und ohne Aufsicht mit hölzernen Tieren. Auf einmal wurde mir die Terrasse zu klein. Da begab ich mich trotz des Verbotes, mich nicht auf das Sträßchen zu begeben, über die Stiege hinunter und eilte, so schnell mich meine kleinen Beinchen trugen, dem Dorfe zu. Ich war schon ziemlich weit weg, als mich meine Mutter, die bügelte, erblickte. Sie erschrak sehr, ließ das Bügeleisen, wo es eben war und eilte mir über die Stiege dem Sträßchen entlang nach. Wie ich sie erblickte, freute ich mich am Rennen und sputete mich noch mehr. Bereits war ich am Bahnhofübergang angelangt. Aber da stellte sich mir ein Hindernis in den Weg. Ein Bahnbeamter, der den Wettlauf verfolgt hatte, fing mich in seinen starken Armen auf. Mittlerweile kam die Mutter angekeucht. Lachend streckte ich ihr beide Händchen entgegen. Der Mutter jedoch war es nicht ums Lachen. Derb faßte sie mich am Arm, dankte dem Bahnbeamten und zog mit mir heimwärts. Auf dem Heimweg schalt sie mich tüchtig und nannte mich einen unfolgsamen Buben.
Zu Hause angelangt, begab sie sich ins Zimmer, um weiter zu bügeln. Aber da lähmte ein neuer Schreck ihre Glieder. Das beste Sonntagskleid zeigte ein bügeleisengroßes Loch. Nun war nach Mutters Begriffen das Maß voll, und ich erhielt eine tüchtige Tracht Prügel und darauf mußte ich noch den ganzen übrigen Tag ins Bett. Das war für mich eine furchtbare Strafe. 8. Schuljahr

Die Aufgabe fand bei der Klasse großen Anklang. Können Sie sich meiner Meinung, die vorgeführten Aufsätze seien gelungen, anschließen?

Fürs Knabenturnen Albert Zoller, Goßau

1. Lektion

I. Gehen auf der Umzugsbahn; an Ort: Fußabrollen (Fußspitzen bleiben am Boden), dann Knieheben, dann übergehen zur Vorwärtsbewegung, von der Saalmitte an Schnellauf.

II. *Partnerübungen*

1. Hände gegenseitig an Schulter legen: Stoßen.

2. Hände gegenseitig auf Schulter legen: Rumpfwippen vw. (Beine gestreckt).

3. Hände fassen: asymmetrische Stoßbewegung der Arme.

4. Ein Partner legt sich auf den Boden (Rückenlage), der andere faßt ihn am Nacken und stellt ihn auf.

5. Handstand mit Fassen an den Hüften. (3mal Wippen, dann Abstoß der Beine.)

III. *A. Langbank* (Sprungschulung und Gleichgewichtsübungen)

1. Frei über die vier in gleichen Abständen aufgestellten Bänke springen.

2. Dasselbe, aber mit Betonung des Absprungs.

3. *Stafette:* Übung 1 als Wettübung ausgeführt.

4. Gehen über die Langbank.

5. Laufen über die Langbank.

6. Dasselbe, aber am Ende der Bank hochspringen (Niedersprung weich).

7. Stafette: Lauf über zwei Bänke (zwei oder mehrere Male).

B. Leiter schräg und Kletterstange schräg: Wanderklettern

1. Leitern schräg: Von links unten nach rechts oben aufsteigen, Niedersprung.

2. Schräge Stangen: Steigklettern quer, von einer Stange zur andern, links beginnend; Niedersprung rechts.

3. Ganzer Weg: Leitern–Stange in einem Übungsgang.

4. *Wettübungen:*

a) Einzelwettübung: Wer braucht für den ganzen Weg am wenigsten Zeit?

b) Stafette: Während Mannschaft A an den Stangen klettert, klettert Mannschaft B an den Leitern. – Bei A klettert jeder Schüler einmal, bei B wird fortlaufend geklettert, bis A fertig ist. Die Plus-Punkte für die zweiten und dritten Läufe von B werden gezählt. – Nachher Wechsel. – Wer hat mehr Plus-Punkte?

IV. *Jägerball mit Einlaufen*

Spielmannschaft A verteilt sich im Spielfeld, B nimmt an einer Schmalseite in einem Glied Aufstellung.

1. Alle Spieler von B laufen während einer Minute frei im Spielfeld herum. A schießt mit dem Ball. – Treffer zählen. – Dann Wechsel.

2. Gleiche Aufstellung. Einzellauf.

2. Lektion

I. Gehen – Lauf zur Wand – Gehen – an Ort: Fuß-Abrollen, dann dasselbe mit Knieheben, dann in der Vorwärtsbewegung – Schnellauf.

II. *Freiübungen*

1. Armschwingen vw. und rw. (Armpendeln mit lockerer Hüftarbeit).

2. Hockstand – Sprung zum Liegestütz (im Wechsel).

3. Armheben swh., Armsenken.

4. Ausholen l. vw., Armkreisen rw.; dasselbe gegengleich.

5. Hopserhüpfen.

6. Vorübung für Radschlagen (über Langbank).

III. *A. Klettern an Leiter und schräger Stange*

1. Steigklettern auf schräggestellten Leitern (knieend).

2. Steigklettern kniend auf zwei schrägen Stangen.

3. Dasselbe als Stafette.

B. Langbank und Schwebekante

1. Über Langbank laufen.

2. Über Schwebekante gehen vw.

3. Über Schwebekante laufen vw.

4. Über Schwebekante gehen rw.

5. Die gleichen Übungsformen als Wettübung:

a) Wer kommt darüber ohne herunterzufallen?

b) Wer ist am schnellsten? (Wer herunterfällt, muß hinten anschließen.)

IV. *Jägerball*

(Vorbereitet durch Schulung des Werfens und Fangens.)

1. Vier Spielgruppen bilden; jede übt das freie Zuspiel des Balls.

2. Dasselbe, aber ein Spieler wird mit dem Ball verfolgt.

3. Jägerball mit Einlaufen:

a) mit einem Ball;

b) mit zwei Bällen.

Zur Verkehrs-Aktion 1957

P. Wick, Berneck

Hinweise, Beispiele, Erfahrungen, Demonstrationen werden immer wieder notwendig sein, um schon bei den Schulkindern auf die Gefahren der Straße aufmerksam zu machen und sie vor Unfällen zu schützen. Es ist aber auch erfreulich zu sehen, wieviel unsere Schüler von Verkehrszeichen und Regeln wissen und sich leider in der Praxis doch falsch verhalten. Es genügt demnach nicht, ihnen nur Bilder zu zeigen und Verbote bekanntzugeben. Der Schüler muß sich wohl noch intensiver damit befassen, und dazu sind sicher Beispiele, an denen er die Gefahr »errechnen« kann, auch geeignet. Hier einige Fälle zum Thema: *Überholen? ... im Zweifel nie!*

Der Lehrer schreibe diese Tabelle an die Tafel und verteile die Berechnung der Wege in 1 Sekunde unter die Schülergruppen! Der erste kommt und schreibt sein Resultat ein, die andern kontrollieren, protestieren, korrigieren.

Bei den folgenden Fällen wird angenommen, es sei nur genügend Platz für ein Auto oder Fuhrwerk auf einer Straßenhälfte, und der Schüler sei immer der Radfahrer. Wir bezeichnen: