

**Zeitschrift:** Jahresbericht des Bündnerischen Lehrervereins  
**Herausgeber:** Bündnerischer Lehrerverein  
**Band:** 57 (1939)  
  
**Artikel:** Bauer und Turnen : (die 36% geben zu denken)  
**Autor:** Masüger, J. B.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-147212>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Bauer und Turnen

(Die 36 0/0 geben zu denken)

von J. B. Masüger, Chur

Ein ums Jahr 1880 vom eidgenössischen Militärdepartement in sämtlichen Kantonen und Gemeinden zur Beantwortung vorgelegter Fragebogen für Schulturnen wurde durch eine Bündner Gemeinde unter anderm in folgendem Sinn beantwortet: „Unsere Turngeräte sind Sense, Rechen und Gabel, und mit diesen Turngeräten wird auch viel und fleißig geturnt.“ 60 Jahre sind seitdem verflossen. Bis ins kleinste Bergdorf gelangte der Strom tiefgreifendster Umgestaltungen jeglicher Art. Man empfängt mit selbstverständlicher Miene Subventionen vom Bunde; aber man fühlt sich nicht bemüßigt, die seit Jahrzehnten geltenden, für Volksgesundheit, Volks-erziehung und Wehrbereitschaft so wichtigen Bundesvorschriften des Schulturnens in allen Orten zu befolgen. Man betrachtet noch immer wie vor 60 Jahren das Turnen für die Landbevölkerung als überflüssig und sagt: „Das Turnen paßt für den Bureau-menschen, den Fabrikarbeiter, allenfalls auch noch für den ein-seitig in Anspruch genommenen Handwerker; aber der Landwirt mit seiner abwechslungsreichen körperlichen Betätigung hat Tur-nen nicht notwendig.“

Andernorts hat man sich schon lange zu andern Ansichten heraufgerungen. In Dänemark z. B. sind es gerade die Bauern auf dem Lande, welche das Turnen in her-vorragender Weise pflegen, und der in pädagogischen Kreisen weit bekannte Verfasser der „Primitivgymnastik“ Niels Bukh legt gerade als Hauptziel in sein System, die Bauernsöhne durch passende Gymnastik wirksam zu erziehen. Nach Berichten von Carl Diem hält man auch in Amerika energisch darauf, daß das Turnen bei Landkindern ganz besonders aufmerksam be-trieben werde, weil sie Leibeserziehung gerade so notwendig haben wie die Stadtkinder.

Unsere vierzigjährige Erfahrung in der physi-schen Erziehung im Kanton Graubünden gibt die-sen Ansichten aus Nordeuropa und Amerika voll-ständig recht. Die seit 28 Jahren bei den Schülern der Kan-

tonsschule Chur regelmäßig durchgeführten Körper-Leistungsmessungen bestätigen die dort gemachten Erfahrungen in vollem Maße. Nicht nur ist meistens bei den Landschülern Steifheit, Unbeherrschtheit, Langsamkeit der Bewegungen und schlechte Körperhaltung zu finden, sondern recht oft treffen wir auch eine bedenkliche körperliche Unterentwicklung. Ich will unter vielen solcher Fälle nur zwei Resultate dieses Jahr durchgeführter Messungen von zwei sechzehnjährigen Schülern, eines in Chur und eines in einem Bauerndorf (Bauernsohn) aufgewachsenen Jungen, anführen, ohne damit die krassesten Fälle genannt zu haben. Sechzehnjähriger Landbauernsohn: Körpergewicht 37,3 Kilo; sechzehnjähriger Stadtsohn 64,4 Kilo. Körperlänge Bauernsohn 150,7 cm, Stadtsohn 168 cm; Brustumfang Ein- und Ausatmung Bauernsohn 76–70 cm, Stadtsohn 89–80 cm. Oberarmumfang Bauernsohn 17,5 cm, Stadtsohn 21,9 cm. Lungenkapazität Bauernsohn 1,2 l, Stadtsohn 2,1 l. Schnellauf 80 m: Bauernsohn 12,8 Sekunden, Stadtsohn 10,6 Sekunden; Hochsprung: Bauernsohn 68 cm, Stadtsohn 120 cm; Kugelstoßen 5 kg links und rechts: Bauernsohn 7,99 m, Stadtsohn 15,14 m. Wir haben nicht selten mit Entsetzen feststellen müssen, daß Sechzehnjährige vom Lande nicht imstande waren, eine 10-kg-Hantel zehnmal zu heben.

Daß wir Bündnerbauern auf unsere physische Hochwertigkeit keineswegs pochen dürfen, erhellt aus den Darlegungen unseres Aushebungsarztes und Schularztes der Landschaft Davos, Herrn Dr. med. C. Frey, in seinem Referat, das er an der kantonalen Lehrerkonferenz 1937 in Davos hielt. Er sagt bezüglich der Militäruntauglichen: „Aufschlußreich ist die Nachforschung nach den Gründen, die dazu geführt haben, daß die Kandidaten nicht tauglich geworden sind. 36%, also mehr als ein Drittel, haben ihren Grund in allgemeiner schwächlicher Konstitution, mangelhafter Entwicklung, ungenügenden Körpermaßen; 4% entfallen auf Tuberkulose, der Rest auf angeborene Krankheiten und Gebrechen. Diese 36 % geben zu denken; denn meist handelt es sich um sonst gesunde Leute, die nur zu wenig Brustumfang, Oberarmumfang oder allgemeine zarte Konstitution aufweisen. Es ist schade, daß man diesen jungen Mannen die militärische Erziehung

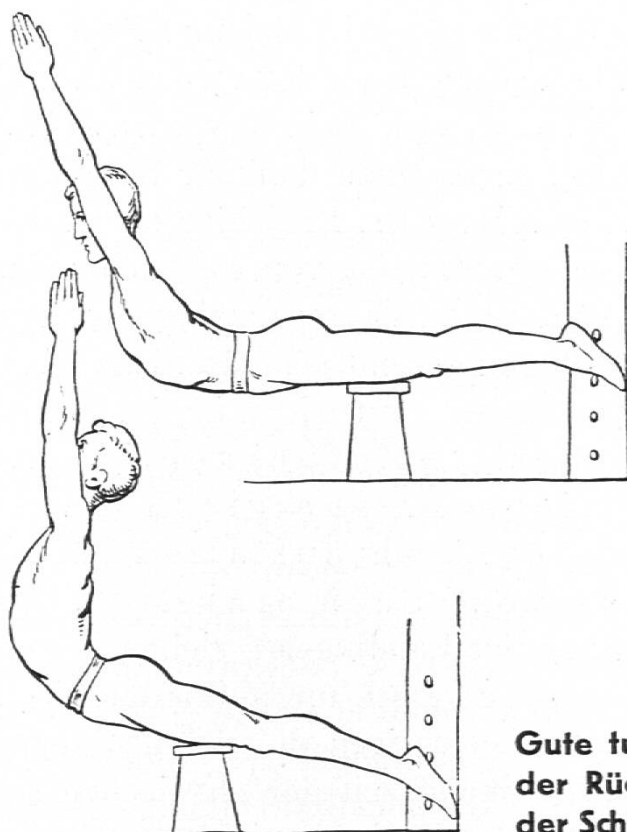
nicht zukommen lassen kann. Direkten Einfluß haben wir auf mangelhafte Entwicklung und Körperschwäche durch sofortiges Einsetzen mit Gymnastik.“

Wir sind Herrn Dr. Frey in hohem Maße dankbar für diesen ungemein klärenden Vortrag. Was Herr Dr. Frey hier eindrucksvoll und klar festgelegt und gesagt hat, ist von beobachtenden Turnpraktikern im In- und Ausland durch regelmäßig durchgeführte Körper- und Leistungsmessungen und schulärztliche Überwachung auffallend bestätigt worden. Auch wir in Chur waren erstaunt, wie körperlich Zurückgebliebene durch regelmäßig betriebene, energisch angepackte Leibesübungen physisch auffallend aufblühten und mehr Selbstvertrauen erhielten. Besorgt um die physische Erziehung der Landjugend, ziehen in nordischen Staaten Fachleute von Dorf zu Dorf, um aufklärende Vorträge zu halten. Fachinspektoren besichtigen die Schulen regelmäßig, um die „rentabelste“ Einwirkungszeit der physischen Erziehung während der wichtigen Wachstumsjahre nicht ohne turnerische Energieentfaltung und ernstem, wirksamem Betrieb vorübergehen zu lassen. Ja selbst der König von Dänemark betrachtet diese Angelegenheit für wichtig genug, persönlich bei Inspektionen auf dem Lande zugegen zu sein.

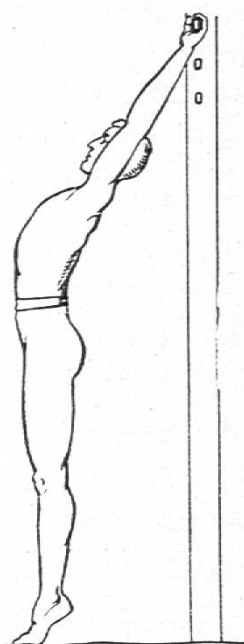
Diese Tatsachen dürfen besonders auch die Leser unseres Jahresberichtes zu ernster Überlegung veranlassen, ob es in Alt Fry Rätien nicht endlich an der Zeit wäre, hierin die Pflicht zu erfüllen.

Nach den verschiedenen den Körper bildenden und formenden Ergebnissen der landwirtschaftlichen Arbeit und den Leibesübungen müssen demnach im innersten Wesen dieser Bewegungsformen tiefgreifende Unterschiede bestehen, die wir hier berühren wollen:

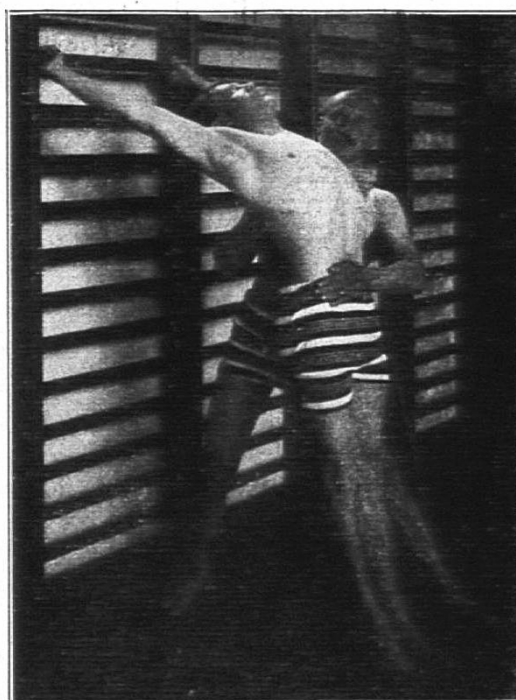
Die landwirtschaftliche Arbeit ist trotz der Abwechslung mehr oder wenig einseitig. Stundenlang wird das Gras z. B. beim Mähen in ein und derselben Richtung ausgeworfen, Tausende von Malen, von immer derselben Bewegung in ein und derselben gebeugten Ausgangsstellung, und das tagelang und wochenlang jedesmal während mehrerer Stunden. Im Tur-



**Gute turnerische Übung zur Kräftigung der Rückenmuskeln und zur Korrektur der Schäden durch die tägliche Arbeit**



**Turnerische Streckstellung zur Verbesserung der guten Körperhaltung**



**Wichtige turnerische Übung zur starken Öffnung der Brust**



nen dagegen herrscht größte Vielseitigkeit, Abwechslung und Mannigfaltigkeit. Bei der Bauernarbeit lang andauernde Beugstellungen beim Heutragen, Kornschneiden, Garbenmachen, Ährenauflesen, Kartoffelstecken und -ernten, Holzsägen und bei der Gartenarbeit, infolgedessen übermäßige Verkürzung der Rumpfmuskeln der Vorderseite des Körpers, Einschnürung der Brust, übermäßige Krümmung der Brustwirbelsäule (Hochrücken), schlechte Körperhaltung mit ihrem ungünstigen Einfluß auf die Funktionen der inneren Organe, besonders bei Jugendlichen durch lang dauernde Überbelastung der weichen, noch im Wachstum liegenden Knochen und die dadurch entstehende sehr oft auftretende Mißformung der Wirbelsäule und Deformitäten des ganzen Körpers; aber das Turnen wirkt mit seinen Streckstellungen (z. B. Freiübung, Reck, Sprossen, Schwimmen) hier korrigierend ein, macht das wieder gut, was die tägliche Arbeit mißformt hat, und gleicht aus durch harmonische Stärkung der Rumpfmuskeln und Stärkung und Verkürzung der Muskeln, welche den Körper strecken und die Brust öffnen. Die landwirtschaftliche Arbeit besteht meistens aus langsamen Bewegungen, die sich der Erfahrung nach recht schwerfällig auslösen und einen Menschentyp heranbilden, der seine Körperkräfte recht unökonomisch zur Anwendung bringt.

Im Gegensatz dazu diszipliniert das Turnen die Bewegung, lehrt den Menschen haushälterisch arbeiten, d. h. mit wenig Mitteln viel erreichen. Die Turnbewegungen sind zum großen Teil sehr rasch, erziehen den Menschen zu blitzschnellem Reagieren, zu Geistesgegenwart, zu raschem Entschließen, zu Mut, Schlagfertigkeit, demnach zu Fähigkeiten, die im Militärdienst, Feuerwehrdienst notwendig sind, aber auch überhaupt bei jedem Menschen bei Rettungsarbeiten, Vorbeugung von Unglücksfällen jeglicher Art vorhanden sein müssen. Leibesübungen erziehen den Menschen zu richtigem Atmen. Lunge und Atmungskmuskeln und Körperhaltung werden günstig beeinflusst. Er lernt bei schwerster Arbeit den Atem so führen, daß dabei das Herz unter günstigen Bedingungen arbeiten kann. Endlich bedeutet

modernes Turnen auch ein Stück praktischer Hygiene und eine Gewöhnung an gesunde, natürliche Lebensführung, was für den Landwirt von größter Wichtigkeit ist. Die Bewegungen der Landwirtschaft vollziehen sich in Muskeln und Gelenken in verhältnismäßig kleinen Bahnen. Wenn wir z. B. beim Axthieb beim Holzhacken in der Bewegung stark auszuholen scheinen, so besteht diese scheinbar große Bewegungsbahn aus der Summe der Bewegungen in vielen Gelenken, so daß z. B. die Bewegung im Schultergelenk allein dabei viel kleiner ist, als man es erwartet. Durch diese kleinen Ausschläge in den einzelnen Gelenken verlernen diese, bis zur äußersten natürlichen Grenze zu arbeiten, wie bei einer Türe, die immer nur halb geöffnet und nie geschlossen wird („Einrosten“ der äußersten Bewegungsbahnen.) Im Turnen, besonders bei Frei-, Boden-, Sprossen-, Atmungsübungen, werden die Gelenke (auch besonders diejenigen des Brustkorbs) zur äußersten gesunden Grenze geübt und der Steifheit wird wirksam entgegengearbeitet.

Diese flüchtige Beleuchtung der Bewegungseigenarten bei der Bauernbeschäftigung und im Turnen läßt doch so große Unterschiede im Wesen der Bewegung und Stellung erkennen, daß der dadurch geformte Mensch auch entsprechend verschieden vollkommen gebaut und gebildet und beim Bauer in der Regel mit bedenklichen Fehlern und Schwächen behaftet und oft unterentwickelt bleiben muß, wie ein Grundstück, das ohne zweckmäßige Düngung und Pflege auch nie einen hohen Ertrag erreichen kann.

Der gesunde Sinn unserer Vorfahren hat durch den Betrieb von Volksspielen (Mazzaspiel, Kriegsspiel, Hornussen, Ringen, Schwingen, Steinheben und -stoßen, Laufen und Springen) zielsicher dem Bauer diejenigen ergänzenden Übungen zu ihrer Arbeit zugeführt, die sie notwendig hatten und denen sie sich auch intensiv und mit Energie hingaben. Wie zäh die erwachsene Jugend an ihren Rechten, auf Grundstücken ihre Bewegungsspiele ausführen zu können, festhielt, beweist der vor mehr als hundert Jahren in Churwalden geführte Tanzbodenprozeß:

„Hier ringt ein kühnes Paar, vermählt den Ernst dem Spiele,  
Umwindet Leib um Leib und schlinget Huft um Huft,  
Dort fliegt ein schwerer Stein nach dem gesteckten Ziele,  
Von starker Hand beseelt, durch die zertrennte Luft.“

(Hallers „Alpen“.)

In der „Rhetia“, einer Dichtung des 16. Jahrhunderts von Franciscus Niger aus Bassano (geboren 1500), übersetzt von Professor Dr. T. Schieß, steht auf Seite 61:

„Doch wenn auf irgendeinem Ringplatz lieber  
Das Volk die Glieder üben will daheim,  
So lassen sie die Jagdlust, sind bestrebt,  
Im Sprung einander zu besiegen, schnell  
Den Körper schwingend, oder auch im Wurf  
Des Steins — mit hoherhobner Rechte wiegt  
Ein jeder ihn, und auf den Zehenspitzen  
Reckt er sich noch am Rand der Bahn und tut  
Den Wurf, nachdrängend mit gewaltger Kraft,  
Bestrebt, die frühern Würfe zu besiegen  
Und weit die ersten hinter sich zu lassen.  
Zuweilen führen sie nach Vatersitte  
Festreigen auf und geben mit den Füßen  
Gar froh den Takt zum Schall des Tamburins.“

Derselbe Dr. Traugott Schieß gab im Jahr 1900 als Beilage zum Jahresbericht der Naturforschenden Gesellschaft Graubündens weitere Teile zu Ulrich Campells (von etwa 1510 bis 1583) Topographie von Graubünden heraus. Hier finden wir, daß gymnastische Volksspiele nicht fehlten, sondern Schwingen, Springen und Steinstoßen usw. waren beliebte Leibesübungen auch in den nicht germanischen Landesteilen. Aus diesen Werken Campells finden wir auch Angaben über hohe Leistungen. Unsere Bauern sprechen demnach nicht die Wahrheit, wenn sie behaupten, unsere Vorfahren haben keine Leibesübungen betrieben. Vom nordischen Island bis Afrika und von Bayern bis zu den asiatischen Reitervölkern sind seit jeher Leibesübungen im Volke zu finden. Auch sie suchten instinktiv den Ausgleich zu ihrer landwirtschaftlichen Arbeit, wie die Schafe mit Begierde durch „Salzlecken“ das köstliche Salz ihrem Körper in genügendem Maße zuführen wollen.



Die oben genannten 36 % der Militäruntauglichen, von denen Herr Dr. C. Frey spricht, welche durch regelmäßiges Turnen stark beeinflussbar wären, geben zu denken; aber auch die Kräfte der andern allen können gestählt und gefördert werden. Unsere Vorfahren und andere Bauernstaaten betrieben und betreiben energisch Leibesübungen. Greifen wir die Sache energisch und fest mit ganzer Kraft an zu Nutz und Frommen der 36 % und der ganzen Bauernjugend. Hier ist Gelegenheit, um staatsbürgerliche Erziehung endlich in die Tat umzusetzen. Das Ziel ist würdig und der Preis ist hoch — und die Zeit ist ernst genug, um ein heutiges und nicht erst ein morgiges Handeln zu veranlassen.