

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden

**Band:** 1 (1942)

**Heft:** 2

**Artikel:** Körperliche Ertüchtigung : der Vorrunterricht [i.e. Vorunterricht] - ein Stück Volkserziehung

**Autor:** Metz, Chr.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-355530>

#### **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:** 12.01.2026

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

men. Um Unfällen vorzubeugen, ist die Sprunggrube unbedingt zu verlangen.

3. a. *Zielwurf*. Dieser dürfte keine grossen Vorbereitungen fordern. Ein Kreis von 7 m Durchmesser ist leicht mit Sägmehl zu zeichnen, und Steine als Wurfgegenstand im Gewicht von ungefähr 500 Gramm sind in Graubünden überall zu finden.

b. *Kugelstossen*. Hier kommt ein erstes Gerät in Frage, eine Kugel von 5 kg Gewicht. Die Markierung des Abstossmales mit einem kleinen Balken ist ratsam, da dieser bei der Rekrutenprüfung auch vorhanden ist. Vorbereitend kann das Stossen auch ganz gut mit einem Stein im ungefähren Gewicht der Kugel geübt werden.

4. a. *Hantelheben*. Nötig ist eine 17 kg Hantel.

b. *Klettern*. Ein Klettertau und eine bis zwei Kletterstangen werden wohl bald in jeder, auch der kleinsten Gemeinde zu finden sein, gehört dieses Gerät doch zur obligatorischen Prüfung bei der Schul-Abschlussklasse.

5. u. 6. *Geländelauf und Marsch*. Diese beiden Uebungen brauchen keine Geräte und sind wohl nirgends so gut zu üben, wie gerade bei uns in Graubünden.

Es ist also ein Minimum, was wir an Geräten brauchen. Diese wenigen Sachen aber darf sich aber auch die kleinste Gemeinde im Interesse ihrer Jünglinge, die zur Rekrutierung müssen, beschaffen.

Ich möchte nicht unterlassen, die Lehrerschaft recht eindringlich auf ihre Pflicht gegenüber der Jugend aufmerksam zu machen. Arbeiten wir alle mit Hingabe und Eifer am Ziele, das die neue Verordnung zu erreichen wünscht, eine dankbare Jugend, ein gesundes Volk wird der Erfolg sein.

## Der Vorrunterricht – ein Stück Volkserziehung Chr. Metz

«Die Anfänge des Vorrunterrichts bzw. der Vorbereitung der männlichen Jugend auf den Wehrdienst reichen in das Zeitalter der alten Eidgenossenschaft zurück. Das junge Staatswesen, das seine Unabhängigkeit gegen mächtige Nachbarn zu verteidigen hatte, war sich von jeher der Bedeutung körperlicher Uebungen

zur Erhaltung und Förderung der Wehrhaftigkeit seiner Jungmannschaft bewusst. Gemeindeweise wurden die Knaben von 8 bis 16 Jahren in den althergebrachten Leibesübungen, die hauptsächlich das Ringen, Laufen und Steinstossen umfassten, geübt. Vom 16. bis 18. Altersjahr erlernte der junge Eidgenosse in harter Schule die Handhabung des Langspieses und die Disziplin in Reih und Glied.»

So lauten die einleitenden Sätze in der Botschaft des Bundesrates an die Bundesversammlung zur Einführung des Vorunterrichts auf den 1. Januar 1941. Die Verwerfung der Vorlage durch das Volk ist uns ja noch in Erinnerung. Dass ein Jahr später eine in mancher Beziehung verbesserte Vorunterrichtsverordnung Gesetzeskraft erhalten hat, begrüssen wir. Wir sind der Ueberzeugung, dass sie eine unbedingte Notwendigkeit ist, hat doch vor allen ein kleines Volk auch an seine Reserve, an seine Jugend zu denken, wie wir es aus der Schweizergeschichte kennen. Wir leben in einer ungewissen Zeit, in der die Brandfackel unversehens in die friedlichsten Weltwinkel zündet, und da gibt es nur eine Lösung: bereit zu sein. So werden auch an unsere Rekruten, vor allem was die körperliche Leistungsfähigkeit, die Gewandtheit, den Mut und die Ausdauer betrifft, weit schärfere Anforderungen gestellt, als es noch vor einem Jahrzehnt der Fall war. Der in den Militärdienst tretende Jüngling soll sich die notwendige körperliche Kraft und Ausdauer nicht erst in der Rekrutenschule erwerben müssen, sondern eine gewisse Leistungsfähigkeit aus der schul- und nachschulpflichtigen Zeit mitbringen. Es ist also nötig, dass die allzu grosse Unterschiedlichkeit in der physischen Leistungsfähigkeit nach Möglichkeit ausgeglichen werden kann, wobei wir ohne weiteres zugeben, dass unsere jungen Bergbauernsöhne bei allem Mangel an Schnelligkeit und Reaktionsfähigkeit doch ein gutes Mass an Tragkraft, praktischer Geschicklichkeit, Verständnis und Ausdauer bei Bau- und Schanzarbeiten mitbringen. Es sind dies Dinge, die im Ernstfalle wesentlich zur Geltung kommen. Trotzdem ist es keine Frage, dass wir unserer Bündnerjugend eine vielseitigere und gründlichere Körperschulung vermitteln müssen. Deshalb muss ja auch der Vorunterricht in dieser Beziehung schon an die Schule grössere Anforderungen stellen, muss den jungen Leuten Zeit

und Gelegenheit zu einem vernünftigen Training gegeben und müssen alle diejenigen, die bestimmte minimale Leistungen in den sogenannten Grundübungen nicht erfüllen, zu einem Nachhilfekurs verpflichtet werden. Hier liegt die grosse Aufgabe, die unserem Schulturnen gestellt wird. Es kann nämlich bei vielseitigem und regelmässigem Turnbetrieb die Zahl der Nachhilfepflichtigen auf ein Minimum reduzieren, ein Erfolg der in Anbe tracht der Ansprüche, die Mehranbau und Kriegswirtschaft heu te stellen müssen, entscheidend ins Gewicht fällt.

Sind auch die äusseren Verhältnisse recht schwierig, die Aspekte, unter denen die neue Vorunterrichtsverordnung auf dem Wege der Vollmachten Eingang finden musste trüb, glauben wir doch, dass uns damit Mittel gegeben sind und Werte geschaffen werden können, die unserem Schweizervolk nur zum Vorteil gereichen.

«Bei der Entlassung aus der Schulpflicht erhält jeder Schweizerjüngling das eidgenössische Leistungsheft, in das der schulärztliche Befund am Ende der Schulpflicht, das Ergebnis der Schul-Endprüfung, Körpermessungen und sportärztliche Weisungen, die Resultate der Leistungsprüfungen, der turnerischen Rekrutenprüfung, die Resultate aus den Jungschützenkursen, Sportabzeichenprüfungen, Kurse und weitere Prüfungen eingetragen werden.»

Der Besitz dieses Leistungsheftes und erfolgreiche Prüfungen werden doch recht viele Jünglinge und Männer ermuntern, einem regelmässigen Körpertraining obzuliegen und allen diesen Fragen mehr Verständnis entgegenzubringen. Es wird damit hoffentlich auch die Einsicht erwachen, dass turn-sportliche Uebungen nicht ein Vorrecht der Jugend, sondern auch eine Verpflichtung für die Mannesjahre, ja bis ins Alter bedeuten. Und wir hoffen auch, dass der Vorunterricht endlich eine Bresche in die vielen Widerstände, die dem Schul- und Vereinsturnen von Schul- und Gemeindebehörden entgegengesetzt werden, schlägt. Die Tatsache, dass das Leistungsheft bei militärischen Beförderungen und Stellenbewerbungen in Betracht fällt, hat starke praktische Bedeutung. Sie erreicht vielleicht mehr als jede Diskussion. Es geht einfach darum, in unserem Volke und in den

Behörden den Sinn und das Verständnis für die Leibeserziehung beider Geschlechter und aller Altersstufen zu wecken. Und dann müssen eben auch die finanziellen Opfer für diese Aufgabe gebracht werden.

Der Vorunterricht darf aber nicht ausschliesslich als militärische Vorbereitung, sozusagen im Schatten der Kaserne durchgeführt werden. Es sind ihm umfassende und weite Ziele zu stecken. So sollen die jungen Leute nicht nur zur körperlichen Leistungsfähigkeit, zu Mut und Gewandtheit geführt werden, sondern ihnen auch Anregungen in geistiger Beziehung gegeben und Anforderungen in sittlicher und sozialer Hinsicht an sie gestellt werden. Es soll eine Erziehung zum Staatsbürger werden, die die körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte zur Entwicklung bringen will. Mit Recht ist während des Unterrichts den Beteiligten der Genuss von Alkohol und das Rauchen untersagt. Wenn unsere jungen Leute merken, dass volle Leistungsfähigkeit den Genuss dieser Reizmittel ausschliesst, so kann das nur von Gutem sein. Es ist keine Frage, dass wir gerade in diesen Dingen noch sehr viel zu lernen, umzulernen haben. Und wenn wir mit einem strengen und gutgeföhrten Vorunterricht es fertig bringen, der Jugend zu zeigen, dass eben grosse Anforderungen gestellt werden müssen und dass wir auf einem gefährlichen Wege sind, wenn wir dem Sport und dem Turnen nur das Angenehme und Vergnügliche vorbehalten, haben wir sicher wertvolle Arbeit geleistet. Wir müssen eine Jugend heranbilden, die auch dort mit Eifer und Freude dabei ist, wo Anstrengungen gefordert werden, wo das warme Bett und das gedeckte Tischlein für einige Stunden fehlen und auch dort, wo's nicht immer nach dem eigenen Kopf und oft über die vorgesehene Zeit hinaus geht. Dass auch eine solche Erziehung auf guter Schweizerart möglich ist, möchten wir gerne beweisen.

«Gute Schweizerart», wenn wir dem Vorunterricht diese Marke geben können, und wir wollen es, liefern wir der Volks-erziehung wertvolle Bausteine.