

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun  
**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden  
**Band:** 15 (1955-1956)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Ein Versuch im Schulturnen in Graubünden  
**Autor:** Metz, Ch.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-355906>

### **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:** 27.12.2025

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

## **Ein Versuch**

### **im Schulturnen in Graubünden**

Die Schulturnkommission Graubünden hat sich in den 12 Jahren ihrer bisherigen Arbeit immer wieder und mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln bei Behörden und Lehrerschaft dafür eingesetzt, daß endlich *alle* Bündner Schulkinder (Buben und Mädchen) in den Genuß einer ihnen angemessenen und für sie heute mehr als je notwendigen Körpererziehung gelangen. Keine Möglichkeiten blieben unversucht, keine Mühe wurde gescheut. Nur ein Weg wurde bis heute aus grundsätzlichen Erwägungen nicht beschritten, der scheinbar einfachste Weg über eingehendere Reglemente und Vorschriften. Uns schienen alle Obligatorien von fraglichem Wert zu sein, wenn die Einsicht für Zweck und Notwendigkeit fehlt.

\*

Es ist hier nicht der Ort, aufzuzählen, welche Vorkehrungen und Maßnahmen die Schulturnkommission im Laufe der Jahre vorgeschlagen hat und auf welche Weise sie versuchte, bei Eltern, Lehrern und Behörden darzulegen, was man im Schulturnen will und wie diese Ziele erreicht werden können. Auf alle Fälle und immer war es aber unser Bestreben, die Fragen auch der körperlichen Erziehung im Rahmen des Gesamten zu sehen und nicht vom einseitigen Standpunkt eines «Faches» oder eines Teilzieles aus. Wie die Ergebnisse all dieser ernstesten Bemühungen sind, kann aus dem eingehenden Bericht der Schulturnkommission vom Januar 1955, erstattet an das Erziehungsdepartement, ersehen werden. (Für Interessenten stehen noch einige Exemplare zur Verfügung. Anfragen an die Schulturnkommission Graubünden.)

\*

Die dringende Notwendigkeit einer vermehrten körperlichen Erziehung unserer Bündner Jugend (Buben und Mädchen) erwähnen außer den Schulärzten auch die Schulinspektoren, viele Lehrer und Eltern, aber auch einsichtige und aufgeschlossene Schulräte. Gerade die Mahnungen der Ärzte müssen uns aufhorchen lassen. Erfahren wir von ihnen nicht immer wieder von einem beschleunigten Haltungszerfall und der Zunahme grober Haltungsfehler — auch auf dem Lande! Es darf uns nicht gleichgültig bleiben, wenn Bündner Schulärzte fordern, die intensive Schularbeit in unnatürlicher Haltung und oft schlechter Luft sei durch kurze ausgleichende Spiel- und Bewegungslektionen aufzulockern, und zwar möglichst in frischer Luft und den Bedürfnissen des Kindes angepaßt.

\*

Unter diesen Umständen kann man wohl verstehen, wenn wir uns nicht dazu bequemen durften, die Hände in den Schoß zu legen und zuzuwarten, bis auch in unserem Kanton «bessere Zeiten» anbrechen oder die Zustände so schlimm würden, daß gesetzliche Maßnahmen ergriffen werden müßten.

Wir sahen uns veranlaßt, den Versuch der «*täglichen Bewegungslektion*» zu wagen. Die sich zur Durchführung des Versuches bereit erklärenden Lehrer sollten während des ganzen Schuljahres 1955/56 in ihrer Schule *täglich* eine gewisse Zeit (mindestens 15 Minuten) der Haltungs- und Bewegungserziehung widmen. Diese Bewegungslektionen sollen bei gutem Wetter möglichst im Freien und dann eingestreut werden, wenn es für die Kinder und die Schularbeit wünschenswert ist. Der stoffliche Rahmen dafür soll möglichst weit gefaßt werden: ausgewählte Übungsformen aus dem Schulturnen, besonderes Haltungs- und Bewegungsturnen mit speziellen Ausgleichsübungen, Atmung und rhythmische Übungsformen — wo immer möglich in Verbindung mit dem gesamten Unterricht (Singen, Sprechen, Zeichnen, Schreiben u. a.).

Nicht zu vergessen sind *die* Formen und Möglichkeiten der Turn- und Tummelspiele, die Geschicklichkeit, Beweglichkeit und Reaktion fördern. Auch Skifahren und Skiturnen, Eislaufen, Schlittenturnen, Wandern — sommers und winters — und, wo es die Möglichkeiten erlauben, der Schwimmunterricht sollen in das Übungsprogramm einbezogen werden.

Auch Anweisung und Gewöhnung an praktische Körperpflege, Gesundheitslehre und Körper- und Leistungsmessungen gehören dazu. Die vorgeschriebenen Schulturnstunden sollen neben der täglichen Bewegungslektion im üblichen Rahmen weitergeführt werden.

\*

Wir glauben zuversichtlich (und der heutige Stand der Dinge berechtigt uns dazu), anhand dieser Versuchsarbeit in ein bis zwei Jahren den praktischen Beweis dafür erbringen zu können,

1. daß *tägliche* Leibesübungen — in diesem ganz weitgefaßten Rahmen — sich auch (oder gerade!) für unsere Schulkinder *gesundheitlich günstig* auswirken,
2. daß die *gesamte Schularbeit* nicht beeinträchtigt, sondern *gefördert wird*, daß also nicht Zeit verloren geht, dafür aber wertvolle Kräfte freigemacht werden und
3. daß auch in den einfachsten und sog. schwierigsten Verhältnissen die *tägliche Bewegungslektion* mit Buben und Mädchen in irgendeiner Weise *durchführbar* ist.

\*

Wenn heute auch noch kein abschließendes Urteil möglich ist, möchten wir die Gelegenheit doch wahrnehmen, die gesamte Lehrerschaft über diese Versuchsarbeit zu orientieren. Unserm Herrn Erziehungschef, Dr. Theus, den Herren Schulinspektoren und nicht zuletzt den Kolleginnen und Kollegen, die eine «Versuchsschule» führen, sprechen wir hier unseren besten Dank aus.

Herr Professor Metz, Turnlehrer und Fachmann auf dem Gebiete des Schulturnens, berichtet nachfolgend über die von ihm gemachten Beobachtungen. Wir danken auch ihm für seine Berichterstattung und die vorläufige Beurteilung.

Für die Schulturnkommission: *Chr. Patt.*

## Bericht über den Versuch

*Die tägliche Bewegungslektion* für Knaben und Mädchen aller Stufen ist nach der Auffassung hervorragender Schulärzte eine absolut dringliche biologische Notwendigkeit, nach der Einsicht vieler Erzieher eine Aufgabe, deren Verwirklichung eigentlich mehr aus äußern Gründen als an innerer Bereitschaft scheitert. Die Gebundenheit an unsere Stundenpläne, der Mangel an Hallen, Plätzen, Anlagen oder behelfsmäßigen Räumen, das Fehlen von Turn- oder Spielgeräten, dann aber auch die Verpflichtung auf das Erreichen bestimmter Lehrziele in so vielen Fächern und Stoffgebieten, dies alles führte dazu, daß so wenige Lehrer sich aufraffen konnten, ihre Schülerschar immer wieder aus der Enge der Schulstube ins Freie, aus der Ruhe in gebückter Haltung zu freier, spielender Bewegung zu führen. Dabei zeigt ja fast jeder Pausenaufenthalt der Schüler, wieviel Bewegungsbedürfnis, welche Lust am Tollen und Treiben, Freude an der Schulung und am Messen der Kräfte, welche Hingabe an das Spiel und wieviel Vergnügen an rhythmischer Arbeit zur Geltung kommen.

So ist es denn außerordentlich wertvoll, daß man nun einmal in Bündner Schulen einen Versuch unternommen hat, die physischen und psychischen Auswirkungen einer *täglichen* Bewegungslektion auf die Schüler zu erproben. Daß hierbei vorerst eine Auswahl — freilich unter Berücksichtigung der so verschiedenartigen Verhältnisse und aller Stufen — zu treffen war, ist verständlich. An einem Einführungskurs im Herbst 1955 nahmen 32 Lehrer und Lehrerinnen freiwillig teil und erklärten sich dann bereit, im Schulwinter 1955/56 im Sinne der erteilten Instruktionen zu arbeiten. Sie konnten dies erfreulicherweise unter voller Zustimmung des Erziehungsdepartementes, der Schulbehörden und im Einverständnis und mit Unterstützung der Schulinspektoren tun. Wir verzichteten hier auf weitere Ausführungen über die im 1. Kurs in Thuisis geleistete Einführungsarbeit; die Tagespresse hat darüber ausführlich berichtet («Neue Bündner Zeitung», Nr. 260, 5. Nov. 1955). Hier sei nur festgehalten, daß eine erste Überprüfung der in den «Versuchsschulen» geleisteten Arbeit ein überwiegend positives Ergebnis gezeitigt hat, wobei man sich freilich davor hüten will, schon jetzt abschließende Feststellungen zu machen und Schlüsse zu ziehen. Zudem ist es ja Sache der Herren Inspektoren, die endgültigen Urteile zu fällen.

Vorerst kann also nur davon geschrieben werden, was die Lehrer in dieser Arbeit, die gewiß für alle eine Mehrarbeit bedeutet, zu berichten wissen. Diese erste, vorläufige Auswertung erfolgte am 23./24. Februar in einer 2. Arbeitstagung in Chur, die zugleich Gelegenheit bot, zwei der Versuchsschulen an der praktischen Arbeit zu sehen. Es ist nicht voreilig, wenn wir aus dem dabei Gesehenen schließen, daß wertvolle Arbeit geleistet wird, daß man sich bemüht, neben der eigentlichen Schulturnarbeit — in der erfreulicherweise immer häufiger Rhythmus und Entspannung gesucht werden — auch die innere Disziplin zu wecken und zu beeinflussen. Es sind schöne Anfänge vorhanden, trotz der Unrast unserer Zeit (der vielen Zerstreuungsmöglichkeiten, der Hetze des Alltags, der Umwelteinflüsse) die Schüler zu innerer Ruhe und Sammlung zu bringen. Leibesübungen sind,

wenn sorgfältig geleitet, ein Ventil, da sie Gelegenheit geben, vorhandene und oft überschüssige Kraft anzuwenden, anderseits aber auch die Möglichkeit bieten, fehlende Kraft zu schaffen.

Es ist erfreulich, zu hören, daß unsere doch eher knorrige Bündner Jugend durch diese tägliche Bewegung wesentlich freier, rhythmischer Arbeit leichter zugänglich, da und dort aber auch kultivierter wird. Gibt es Schulen, in denen bei den Mädchen ein eigentlicher Bewegungstrieb erst wieder geweckt und dann in richtige Formen gelenkt werden muß, so hat es andere, wo vor allem die rohe, übermütige Kraft zur sinnvollen Anwendung und dann zur Disziplinierung gebracht werden muß. In jeder Schule wieder andere Verhältnisse, andere Formen, andere Aufgaben und damit auch andere Arbeitsbedingungen; nicht zwei Schulen arbeiten unter genau gleichen Bedingungen. Also vor allem einmal Mannigfaltigkeit und Unterschiedlichkeit; aber allen steht das gleiche Ziel vor Augen: die Jugend zu Menschen zu erziehen, die etwas gelernt haben, die aber auch die körperlichen Kräfte und Anlagen und die Kräfte des Herzens zur Entwicklung bringen konnten. Geben wir nun einmal etwas optimistisch der Erwartung Ausdruck, daß in unseren Bündner Schulen ein Weg gesucht und gefunden werde, der unserer Jugend eine Erziehung vermittelt, an der auch Pestalozzi recht große Freude haben könnte.

Allen, die sich darum bemüht haben und noch bemühen werden, ist dafür herzlich zu danken.

Ch. Metz.

## **Arbeitstag**

**der 7. Seminarklasse in Lenz am 22. Oktober 1955**

In einer Turnstunde machte uns Herr Prof. Patt einen Vorschlag: «Wenn ihr einverstanden seid, richten wir nächstens den Lenzer Schülern einen Turnplatz ein. Unsere Schuldirektion gibt uns einen halben Tag frei. Wenn ihr auch einen halben Freitag dazu hergebt, machen wir uns an einem Samstag ans Werk. Solche Arbeitstage sind nun schon von einigen Jahrgängen der 7. Klasse durchgeführt worden\*.»

Wir — dem Turnunterricht im Kanton zu einem Fortschritt verhelfen? Warum nicht.

Wir — eine aner kennenswerte Tradition weiterführen? Warum nicht.

Wir — eine interessante Abwechslung in unser Schulleben einstreuen? Natürlich waren wir sofort einverstanden!

Ein frostig-nebliger Oktobertag sah uns, mit dem notwendigen Humor ausgerüstet, im Autocar nach Lenz fahren. Auf der Lenzerheide schneite es. Lenz liegt aber etwas tiefer, und unser Arbeitsplatz war deshalb noch

---

\* Solche Arbeitstage wurden bisher 4 durchgeführt: 1951 in Castiel, 1952 in Malix, 1953 in Valendas, 1955 in Lantsch/Lenz.