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

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 40 (1980-1981)

Heft: 6

Artikel: Gymnastik mit und ohne Handgeräte

Autor: Jörimann, Silvia

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-356659

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: 02.10.2025

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

5 Gymnastik mit und ohne Handgeräte

Silvia Jörimann, Parpan

Die neuen Lehrmittel Band 1, Band 2 und Band 3 (Theoretische Grundlagen, allgemeine Lehrmittel 1.—4. Schuljahr und 5.—9. Schuljahr) sind bereits allen bekannt. In diesen Lehrmitteln ist der Stoff klar aufgeteilt und direkt aus dem Buch heraus anzuwenden. Wird dieser Stoff seriös und stufengemäss erarbeitet, merkt man bald, wie dies und das im Unterricht besser fundiert oder jenes erweitert, vertieft und entwickelt werden könnte. Deshalb benötigt man Speziallehrmittel, welche eine noch speziellere Stoffauswahl anbieten und vorallem auch pädagogisch-methodisch wertvolle Hinweise geben. Sie beinhalten nur eine Fachrichtung:

Band 4 Schwimmen
Band 5 Gymnastik
Band 6 Leichtathletik
Band 7 Geräteturnen
Band 8 Spiel
Band 9 Spiel und Sport im Gelände

In erster Linie benötigt der Jugendliche im Hinblick auf eine individuelle und kollektive Äusserung seinen Körper und seine Bewegung allgemein kennenzulernen. Die Gymnastik mit und ohne Handgeräte ist ein gutes Tun mit relativ wenig Aufwand, körperbewusst zu werden. So wird Gymnastik meist als Körper- und Haltungsschulung in der Einleitung einer Lektion betrieben. Sie kann aber auch unter musischen und sportlichen Gesichtspunkten zur Grunddisziplin in einer Speziallektion werden. Mädchen und Knaben, mit etwas unterschiedlichem Übungsstoff, schätzen solche Lektionen ebenso wie Leichtathletik, Spiel oder Geräteturnen. Zum Verständnis der Gymnastik könnte das Speziallehrmittel Band 5 gute Dienste leisten. Aus einer Menge akzeptierter Gymnastikrichtungen wird ein Vorschlag gemacht über Stoff und Methode.
Das Lehrmittel für Gymnastik weist zwei Hauptkapitel auf. Der erste Teil umfasst die Stellung der Gymnastik innerhalb der Leibesübungen, gibt pädagogisch-didaktische Erläuterungen und skizziert methodische Möglichkeiten.

«Neben der allgemeinen motorischen Grunderfahrung, stehen das Erleben des Bewegungsrhythmus, das Finden von Bewegungselementen, das Erproben von Variationen und Kombinationen und nicht zuletzt die Möglichkeiten des individuellen und gruppenmässigen Gestaltens als wesentliche Erziehungsziele im Vordergrund.»

(S. 5 E. Brunner)

Die methodischen Überlegungen zur Gymnastik im vorliegenden Buch zeigen vor allem ein wichtiges Mittel: Die Bewegungsaufgabe.
Die Möglichkeit, mit Bewegungsaufgaben zu arbeiten, wie sie im Buch besprochen wird, will hier etwas deutlicher beleuchtet werden.

Ein gutes Piano lebt lange. Umso wichtiger ist, wo man es kauft.

Ein Jecklin-Klavier kommt aus dem grössten Pianohaus der Schweiz.
Dass wir Piano-Spezialisten sind, merken Sie nicht nur an unserer Beratung. Sondern auch an unserer sorgfältig zusammengestellten Auswahl. Wir verkaufen beispielsweise nur Pianos, von denen wir aus Erfahrung wissen, dass sie sich im trockenen Bündner Klima bewähren.
Und wenn Ihr Klavier einmal gestimmt oder repariert werden muss, steht Ihnen unsere Serviceabteilung zur Verfügung.

17C

Chur
Alexanderstr. 14
Tel. 081/22 89 69

Jecklin

Die Bewegungsaufgabe in der Gymnastik ermöglicht dem Schüler, eine Bewegungsgestaltungsmöglichkeit durch Raum-Zeit-Kraft zu verändern, selber zu finden, zu variieren oder zu kombinieren und dieselbe mit Partner- oder Gruppenaufgaben zu erweitern. Bei frühem Einsatz der Bewegungsaufgabe auf der Unterstufe «basteln» die Schüler meist noch spontan mit dem gegebenen Gerät, Partner, Musik. Bei besserer persönlicher Fertigkeit gelangen sie bis zur freien Improvisation bei gezielter verbaler Aufforderung. Und auf der IV. Schulturnstufe (Seminar), unter Berücksichtigung des Musikunterrichts, sind sie fähig und kritisch, eine eigene bescheidene, choreographische Gestaltung zusammenzustellen.
Man muss mit Bewegungsaufgaben arbeiten, wenn man bedenkt, dass kaum eine andere Form der Leibesübungen

oder des menschlichen Handelns überhaupt soviel eigenschöpferisches Tun erlaubt. Um eventuell überbordende Phantasie einer Klasse im Zügel zu halten und den Prozess steuern zu können, muss der Lehrer seine Absicht kennen und dementsprechend seine Frage gezielt stellen. Es geht darum, sich als Lehrer jene Übungsform vorzustellen, die man erarbeiten will, dies dann zu formulieren statt vorzuzeigen und nur die Aufgabenstellung auszusprechen. — Zugegeben, der Lehrer wird in der Vorbereitung und Durchführung mehr beansprucht, erntet dafür phantasievollere, selbständigere, bewusstere Schüler.

Es genügt nicht, nur mit Bewegungsaufgaben zu arbeiten. Die gefundenen Lösungen ergeben eine Grobform, die geübt werden muss, um eine Abrundung des Erziehungsprozesses anzustreben. Andernfalls würde der Schüler bald keinen Gefallen mehr daran finden, wenn seine Ideen nie aufgenommen werden. — Komplexer ist das ganze Modell des Bewegungaufgabeprozesses, welches von Engel/Küpper (Inhaltsverzeichnis) übernommen wurde. «Finden-Üben-Variieren-Gestalten», Engel/Küpper bieten interessante Ausführungen dazu.

Kurz wird auch der *strukturierte Lernweg* mit dem im Vordergrund stehenden angestrebten Produkt vorgestellt und dem *offenen Lernweg* mit Bewegungsaufgaben und viel Kreativität gegenübergestellt. Schlussendlich ist aber wichtig, dass über alle Lernwege eine Vertiefung der Bewegung in bezug auf Form und Erlebnis erfolgt.

Der mir weniger wichtig scheinende zweite Teil des Lehrmittels ist eine Übungssammlung. Wie jeder Stoff, ist die Auswahl des Übungsgutes für Gymnastikball, für Springseil, Reifen, für Keulen, Stab, Eisenring, Medizinball, für ohne Handgeräte und mit grossen Geräten (Sprossenwand, Langbank) eingeordnet nach Einführung, Grobform, Feinform. In der Gymnastik heisst dies genauer:

a) Gewöhnung ans Handgerät, Einleitende Übungen und Geschicklichkeit.

b) Körperformung. Lösen, dehnen, kräftigen.

c) Bewegungsformung (Raum-Kraft-Zeit)

«Helfen»

d) Gestaltungsmöglichkeiten. Variation, Kombination, Improvisation.
Den Wert dieses längst erwarteten Lehrmittels erkennt nur der, welcher mit ihm arbeitet!

Photo: Ruedi Hardmeier

Zum neuen Gymnastiklehrmittel

Hz. Gymnastik — zweifellos ein (zumindest historisch gesehen) klassischer Sportbereich: Bei den Griechen noch allumfassend, heute leider oft verkannt und als Mädchen- und Frauendisziplin apostrophiert. Dieses anregungsreiche neue Lehrmittel, adrett auch in der Aufmachung, vielgestaltig in der Gliederung und differenziert in den Akzenten, kann sehr viel zur Wiederentdeckung und zur vermehrten Belebung dieser Grunddisziplin beitragen. E. Burger, der feinfühlige Leiter des Autoren-Teams, skizzierte den Wert und die Bedeutung der Gymnastik in der Sporterziehung vortrefflich:

> «Neben der allgemeinen motorischen Grunderfahrung, stehen das Erleben des Bewegungsrhythmus, das Finden von Bewegungselementen, das Erproben von Variationen und Kombinationen und nicht zuletzt die Möglichkeiten des individuellen und gruppenmässigen Gestaltens als wesentliche Erziehungsziele im Vordergrund.» (S. 5).

Den Wert dieses längst erwarteten Lehrmittels erkennt nur der, welcher mit ihm arbeitet!

Anmerkung zur Artikelfolge — Turnen und Sport in der Schule

Die Redaktion des Bündner Schulblattes beauftragte:

— die Schulturnkommission
— den Bündner Lehrerturnverein
— die Turn- und Sportlehrerkonferenz
— das Sportamt

mit der Gestaltung einer Schulblatt-Nummer mit dem Thema:

Turnen und Sport in der Schule

Die oben aufgeführten Organisationen bestimmten eine Arbeitsgruppe, die als Redaktionskommission die Aufgabe an die Hand nahm. Für diese Arbeitsgruppe war besonders erfreulich, feststellen zu können, wie die zahlreichen Autoren der Aufsätze sich spontan bereiterklärt haben, Probleme zu bearbeiten, um diese dann auch kompetent zu behandeln. Ihnen sei an dieser Stelle der beste Dank ausgesprochen.
Die Arbeit ist nun sehr umfangreich ausgefallen, und deshalb entschlossen sich die Verantwortlichen, eine Gliederung in zwei oder drei Folgen vorzunehmen. Dem Leser wird nun das Thema Turnen und Sport in der Schule in der Nummer 6 (Juni), dann in Nummer 2 und Nummer 3 vorgestellt werden.

St. Bühler-Brosi