

<b>Zeitschrift:</b>	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Herausgeber:</b>	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
<b>Band:</b>	9 (1952)
<b>Heft:</b>	2
<b>Rubrik:</b>	Ein "Trotzdem!" zum Vorunterricht in schwierigen Verhältnissen

#### **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:** 15.02.2026

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



# Ein «Trotzdem!»

zum Vorunterricht in schwierigen Verhältnissen

Sieg oder Niederlage,  
immer gilt es, erneut zu wagen.  
Dehmel

Trotz Fernsehen, trotz Atomenergie und Radar besteht die unleugbare Tatsache: Punkt! Körpererziehung fehlt noch allerhand in unserem lieben Schweizerland! Vor allem fehlt es vielerorts ganz offensichtlich am Tief- und Weitblick in sportlichen Belangen. Man beurteilt die Sportbewegung noch zu oft — aus Unkenntnis — von ihren Auswüchsen her und kommt so natürlicherweise zu Ablehnung oder gar Bekämpfung. Die Auswirkungen solcher Einstellungen sind an den oft lächerlich primitiven «Sportanlagen» und «Turneinrichtungen» in zahlreichen kleinen Landgemeinden ersichtlich.

Wie viele Lehrer, Vereins- und Vorunterrichtsleiter könnten hier — traurig, aber wahr — ellenlange Klage-lieder anstimmen! — Ja, stimmt sie nur an, bald laut, bald leise, singt Euch die Misere vom Herzen, liebe Leidtragende, und sollte alles vergeblich sein, so hat Euch doch das Klagen etwelche Erleichterung verschafft... Dann aber, «tut ums Himmels Willen etwas Tapferes», steht nicht abwartend und untätig da, bis das Wunder der Hilfe «von oben und aussen» eintrifft. Manchenorts wird es ja doch nie tagen, weil ganz einfach die Voraussetzungen so oder so nicht vorhanden sind. Auf Grund dieser Einsicht und Tatsache sind unsere Ueberlegungen denkbar einfach:

1. Die Platz- und Hallenverhältnisse sind ungenügend!
2. Von «Vater Staat» (heisse er nun Bund, Kanton oder Gemeinde) ist innert nützlicher Frist keine Hilfe zu erwarten!
3. Also bleibt uns nur die Selbsthilfe.

Es ist nun ganz klar, dass nicht jeder Vorunterrichtsleiter die nötige Reife und Fähigkeit besitzt, das Problem sozusagen an der Wurzel zu packen und die Hilfe von «oben und aussen» zu mobilisieren. Somit besteht für ihn die Selbsthilfe darin, aus den vorhandenen, beschränkten Platzverhältnissen das Bestmögliche herauszuholen. Das ständige Schießen nach den hoch hängenden, wenn auch saftigen Trauben des vom Schicksal (oder Gemeindepräsidenten) bevorzugten Nächsten ist dabei meist so unnütz wie der begehrliche Blick des kleinen Radfahrers nach dem Luxus-Wagen des Reichen. Aber es ist — und das wollen viele «Glücklichere» nie begreifen — fraglos wichtig,

zu wissen, dass man nicht allein ist mit seiner Not, dass vielmehr eine grosse Anzahl weiterer Leidensgenossen mit den gleichen Schwierigkeiten kämpfen. Zugegeben, es ist ein billiger Trost, doch lieber diesen als keinen. So hört denn in Kürze

## meine «Leidensgeschichte»

Ueber die mannigfachen Schwierigkeiten der Organisation und das Zusammentrommeln der Jünglinge nur soviel: Die Arbeit machte mir niemand, freundlich sein musste ich selber, die Jünglinge ließen mir nicht nach... und der Kiesplatz vor dem Schulhaus in X. war nicht gross, auf dem ich mit 20—30 Burschen aus fünf Dörfchen turnte; umso grösser waren meine jugendliche Begeisterung und die Ueberzeugung von der guten Sache. Die Kursarbeit konnte erst im April aufgenommen werden. Vor 8 Uhr abends war eine Besammlung natürlich unmöglich, da sich beinahe alle Teilnehmer aus dem Bauernstand rekrutierten und teilweise einen halbstündigen Weg zurückzulegen hatten.

Kaum begonnen, standen wir auf dem kleinen Platz schon völlig im Dunkeln. «Ja», dachte ich, «da oben am Balkon des 1. Stockes sollte eine sehr starke Lampe befestigt sein.» — Ich suchte im Schulhaus nach dem nächstliegenden Anschluss, mass die Länge der Zuleitung und suchte den Elektriker auf. Für ca. Fr. 12.— erhielt ich leihweise Stecker, Schnur und Lampe und damit war das erste Hindernis überwunden, wenn auch nicht gerade auf ideale Weise. — Doch bald stiessen wir auf neuen «Widerstand». Die Weitsprunggrube erwies sich als unbenützbar. Sie war ohne Füllmaterial, steinhart und diente der Dorfjugend nach jedem Regen tagelang als Plantschbecken. Eine Sonderanstrengung war hier fällig. Ich legte den Burschen die Sachlage dar und daraufhin gruben und pickelten sechs Freiwillige an einem Samstagnachmittag ein 8 m langes Bett. Aus der 20 Minuten entfernten Sägerei holten wir an die 20 Säcke Sägemehl (Sand war in der Nähe nicht aufzutreiben) als Füllmaterial. Wo wir den 20 cm breiten und 1 m langen Absprungbalken herzauberten, könnte ich nicht mehr sagen, doch er war da und wir legten ihn ein, bauten Abzugskanäle für das Regenwasser und am Abend war die Grube «sprungbereit» und zudem bezugsbereit für Hochsprung und Bodenturnen. — Bezahlung, Dank? — Dass ich nicht lache! Aber wir hatten es geschafft! —

Weitere Hindernisse tauchten auf. Laufen konnten wir auf der Strasse, aber wo sollten wir werfen? Der



Auch einer in schwierigen Verhältnissen...

nächste Waldrand stand uns hiefür in 15 Minuten gratis zur Verfügung, ebenso zum Klettern, zu Frei- und Bodenübungen und zum Spielen. Längere Zeit warfen wir auch auf der abgemähten Matte eines Bauern, der uns diese nach freundlicher Anfrage jeweils zur Verfügung stellte.

So wäre denn — der feste Lattenzaun auf der Ostseite des Platzes inbegriffen — für alle Disziplinen gesorgt gewesen, wenn, ja, wenn es eben nicht geregnet hätte. Wie sollten wir bei wochenlangem Sudelwetter unsere damals 40 Stunden ehrlich und rechtzeitig unter Dach bringen? Wohl überliess uns der Ortslehrer zuvorkommend sein Schulzimmer, doch nicht zum Turnen. Wenn uns wieder mal ein zu giftiger Regenschauer von der Arbeit trieb, so setzten wir uns in die Schulbänke. Wozu? — Wir besprachen die laufende Arbeit, den Teamgeist und Trainingsfragen, wir sangen Marschlieder und akzeptable «Lumpeliedli», wir orientierten uns über die Versicherung, über Anforderungen an Grundschul- und Turnerischer Rekrutenprüfung, wir diskutierten allgemeine Sportprobleme und schauten Sportphotos, wir trieben Kartenkunde als Vorbereitung für den nächsten Querfeldein-Lauf, wir schrieben persönliche Trainingsblätter zur Eintragung der periodisch gemessenen Leistungen, wir demonstrierten und übten die künstliche Beatmung «Ertrunkener» etc. etc. Doch Vorunterricht verlangt letzten Endes in erster Linie intensives Körpertraining. Für all die Dauerregen-Fälle, die jegliches Arbeiten im Freien unmöglich machten, musste eine andere, bessere Lösung gefunden werden. Aber keine Einfahrt und kein Schuppen genügten. So ging ich notgedrungen den Weg, den ich eigentlich hatte vermeiden wollen: Ich trank eines Abends den «sauren Zweier» beim behäbigen Dorfwirt und nach zähem Hin und Her und einem Mäss voll ehrlich gemeinter Versprechungen gestattete er uns — wenn auch nur skeptisch — die Benützung seines kleinen Tanzsaals. Der Raum war eng und erlaubte uns knapp eine Normalaufstellung für Freiübungen. Immerhin, wir waren am Trockenen und konnten arbeiten! Mit Vorsicht und absoluter Disziplin, versteht sich, aber es waren vielleicht gerade deshalb von den schönsten und fruchtbarsten Stunden.

Waren die Schwierigkeiten bei den herrschenden Platzverhältnissen schon bei gutem Wetter gross genug, so schienen sie bei schlechtem Wetter im kleinen Saal anfangs geradezu unüberwindlich. Wie sollte ich die zwei Arbeitsstunden gestalten und ausfüllen? In meine Ueberlegung schlich sich unvermerkt aber hartnäckig das Goethewort:

**«In der Beschränkung zeigt sich erst der Meister...»**

Und damit tatt ich, was wir alle tun müssen, ich ging auf die Stoffsuche, ich suchte und ich fand, und zwar

1. allen Gegenströmungen zuwider eine ganze Anzahl einfacher Freiübungen, die ich zu Gruppen zusammenstellte und mit meinen Burschen zu ihrem tatsächlich grossen Vorteil bis zur Geläufigkeit durchturnte.
2. Dann entdeckte ich, völlig unbeschwert vom russischen Erfindungszeitalter, für mich ganz persönlich, die Bodengymnastik und das Bodenturnen auf flachen Heusäcken, was ich mir heute noch als persönlichen Rekord ankreide.
3. Bei der täglichen Frage: «Was chönnt i ächt no machen?» entdeckte ich ferner — die Russen und alle Spezialisten mögen mir verzeihen — wieder ganz für mich, speziell vorbereitende Übungen für Lauf, Sprung und Wurf, ohne je etwas von Zweckgymnastik gehört zu haben.
4. Aber auch mit einer Reihe einfacher, aber äusserst willkommener Partnerübungen wurde mein Suchen belohnt.
5. Hantel- oder Gewichtheben lag den Bauernburschen ohnehin am Herzen, und wir übten uns deshalb auch in dieser Disziplin.
6. Lustige Geschicklichkeitsübungen lokterten den Betrieb auf und
7. eine glatte Serie Tummelübungen, da und dort in kleinen Dosen verabfolgt, dienten dem gleichen Zweck.
8. Kleine Spiele als Dessert bildeten jeweils den Abschluss.
9. Hätte ich damals das Leichtschlagboxen gekannt, ich hätte keinen Augenblick gezögert, dasselbe mit gepolsterten Fausthandschuhen einzuführen. Damit zusammenhängend, hätten wir dann sicher auch
10. mit Seilhüpfen begonnen. An «Häsligen» hätte es auf dem Lande wahrlich nicht gefehlt.

Und nun, lieber Leser, etwas, auf das Du sicher bewusst oder unbewusst wartest, das aber vor lauter Schemas gewöhnlich niemand zu geben wagt:

#### **das berühmte Rezept:**

Man nehme also in ähnlichen Fällen ohne allzu grosse Aengstlichkeit je 2–3 Übungen von jeder Sorte, schüttle sie vor Gebrauch recht tüchtig um, würze sie mit ein paar sorgfältig ausgeführten Klein- oder Grossballübungen, einer Prise Salz und drei Handvoll Humor, koch das Ganze mehrmals auf, richte es nach einigen kleinen Laufübungen recht flüssig und ohne Zögern an, garniere es mit einem guten Witz und 2–3 Liedern, dann — ja, dann kann es bestimmt nicht fehlen. Wer sich langweilt, ist ein fauler Michel, und wer keinen Appetit bekommt, ist krank! —

Und trotzdem! Wenn wir an einem regenfreien Übungsabend wieder draussen antreten konnten, fühlte ich mich glücklich und fand, der 25 m lange und 10 m breite Schulhausplatz sei ordentlich gewachsen in der Zwischenzeit und gar nicht so klein und es lasse sich mit ihm, den autofreien Strassen und — Gräben und dem Wald bei gutem Willen und Humor doch allerhand erreichen...

Setzen wir deshalb allen Widerwärtigkeiten und allem — ach so menschlichen — Kleinmut mit jedem neuen Morgen ein zähes und tapferes «Trotzdem!» entgegen, denn schon Lessing hat gesagt:

«Nur die Sache ist verloren,  
die man aufgibt.»

P.S. «Man findet häufig mehr, als man zu finden glaubt», wenn — man sucht. Im Notfall steht Dir immer noch die Bibliothek der Eidgenössischen Turn- und Sportschule in Magglingen mit Rat und Tat zur Verfügung.

Ju.