

| | |
|---------------------|---|
| Zeitschrift: | Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen |
| Herausgeber: | Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen |
| Band: | 14 (1957) |
| Heft: | 3 |
| Artikel: | Vermehrter Turnunterricht in den Schulen |
| Autor: | Meier, Marcel |
| DOI: | https://doi.org/10.5169/seals-991058 |

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: 15.01.2026

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

Starke Jugend Freies Volk

Monatsschrift
der Eidgenössischen Turn- und
Sportschule (ETS) in Magglingen



Magglingen, im März 1957

Abonnementspreis Fr. 2.30 pro Jahr

Einzelnummer 20 Rp.

14. Jahrgang

Nr. 3

Eine dringende Forderung:

Vermehrter Turnunterricht in den Schulen

Von Marcel Meier

In der Zeitschrift «Sportmedizin» versucht Dr. med. Messner die Frage abzuklären, weshalb in den letzten Jahren so viele Deformationen und Haltungsschäden bei der Jugend festzustellen sind. «In erster Linie», so schreibt der Augsburger Arzt, «sind es die beengenden Wohnverhältnisse, die sog. Acceleration, d.h. die Wachstumsbeschleunigung der Jugendlichen, dann zivilisatorische Einflüsse, unsere Asphaltstrassen, daneben das unhygienische Schuhzeug, welche zur Fehl- und Unterentwicklung des Skeletts und der Muskulatur, sowohl des Rumpfes als auch der Füsse führen. Der Verfall der Fusshaltung beim Schulkind ist ein Teilsymptom des allgemeinen Haltungsverfalles. Die Fusshaltung ist wiederum von der Gesamthaltung abhängig. Das Wechselspiel der Muskulatur unterbleibt, wenn die Füsse, eingeschnürt in engen Schuhen, stundenlang ruhig gehalten werden müssen.

Wir sehen stets die blassen, müden Schulkinder in den Sprechstunden, die organisch labil und besonders reizempfindlich sind. Eltern und Lehrer klagen über das vielfache Versagen der Kinder, ihre Unruhe, ihre Konzentrationsschwäche, ihre seelischen Abwegigkeiten. — Diese Kinder sind aber nicht etwa krank, sondern geschwächt, vernachlässigt, verbildet. Zur aufrechten Haltung muss der Mensch erst erzogen werden. Das gilt vom Körperlichen genau so, wie vom Seelischen und Charakterlichen. Der jugendliche Organismus braucht intensive Betätigung, lebhafte Bewegung. — Das Kind hat ein ungeheures Bewegungsbedürfnis. Es wird aber zu einem völlig naturwidrigen Verhalten gezwungen. Muskulatur, Atmung, Stoff-

wechsel müssen daher verkümmern, aber auch das Gehirn, das schlecht durchblutet und mit Ermüdungsstoffen gefüllt wird.

Zwischen Gehirn und Muskulatur besteht nämlich gar kein Gegensatz, und deshalb sind körperliche und geistige Tätigkeit untrennbar beim Kind, sie bedingen einander, erzeugen sich gegenseitig und müssen in ganz bestimmten Rhythmen aufeinander abgestimmt und verbunden werden. Die Sitzschäden sind es vor allem, welche die Schule verursacht und welche sie auch bekämpfen muss. Der Schultag muss so gestaltet werden, dass die Kinder täglich eine Bewegungsstunde haben bei geteiltem Unterricht. Dabei wäre die Bewegungsstunde im geschlossenen Turnsaal noch gar nicht einmal die Ideallösung. Der Ideallösung viel näher käme also eher das Tummeln im Freien, auf Turn- und Sportplätzen.»

GOTT GAB UNS BEIDES :
LEIB UND SEELE.
DASS EINES DAS ANDERE
TRAGE UND STÄHLE,
DASS EINES DEM ANDEREN
ENG SICH VERMÄHLE,
GAB GOTT UNS BEIDES,
LEIB UND SEELE.

HERMANN CLAUDIUS

Bessere Schulleistung durch tägliche Turnstunde

Experimente aus jüngster Zeit haben ergeben, dass beispielsweise Kinder, welche in Turnräumen täglich eine Stunde turnten, gegenüber den Nichtturnenden eine wesentlich bessere Körperhaltung aufwiesen. Die Turnstunden bewirken ferner eine normale Entwicklung der Fußgewölbe; die Vitalkapazität, ausgedrückt durch eine Erweiterung des Brustkorbes, war bedeutend besser und — das scheint uns sehr wichtig zu sein — die Leistungen in den Wissenschaften nahmen, gegenüber den Kindern, die nicht täglich turnten, ganz beträchtlich zu.

Was an diesem Experiment nicht befriedigte, war das Gleichbleiben im Verhalten beider Gruppen gegen Infektionskrankheiten. Die Anfälligkeit konnte aber ganz wesentlich reduziert werden, als der Turn- und Sportunterricht mehrheitlich ins Freie verlegt wurde. Auf Grund dieser Tatsachen fordert beispielsweise auch Prof. Dr. med. Husler, München, die tägliche Turnstunde. Er schreibt dazu: «Ich beanstante den durch Fehlen des täglichen Trainings bedingten Mangel des Kindes an Körperbeherrschung, körperlicher Geschicklichkeit und Gewandtheit, die vielfach miserable Ausbildung der oberen Körperhalte im Vergleich zur unteren und nicht zuletzt den schliesslich einsetzenden Verlust der Freude an den Leistungen des eigenen Körpers, daher trete ich für eine tägliche Sportstunde ein.»

Dass die Geistesbildung durch die tägliche Sportstunde nicht eingeschränkt würde, das haben ja auch die oben erwähnten Experimente bewiesen. Damit fällt ein anscheinend sehr gewichtiges Argument der Lehrerkreise

dahin, die behaupten, man könne den wissenschaftlichen Lehrstoff unmöglich zugunsten des Turnunterrichtes einschränken.

Das mag alles recht sein für die Nachkriegsjugend Deutschlands. Bei uns haben wir in der Schule jedoch genügend Turnen und Sport, mag manch geneigter Leser denken.

Dem ist leider nicht so. Gesetzlich sind bei uns drei Turnstunden vorgeschrieben. Wer aber schulpflichtige Kinder hat und sich hie und da oder auch konsequent nach den Turnstunden erkundigt, muss leider vielfach die Feststellung machen, dass man die Turnstunden so und so oft aus den mannigfaltigsten Gründen ausfallen lässt oder überhaupt nicht durchführt. Daher ist es auch nicht verwunderlich, dass bei unserer Jugend zum Teil ähnliche Symptome des Haltungszerfalles festzustellen sind, wie bei derjenigen Deutschlands. Daher hat auch bei uns die Forderung volle Berechtigung.

Vermehrter Turnunterricht an unseren Schulen !

Die Volksschule von Anderten und die tägliche Turnstunde

(ASM Amtliche Sport-Mitteilungen Nr. 4/1957)

Es war ein Geburtstag ohne Blumen, ohne Orden und Auszeichnungen. In diesen Tagen feierte die Volksschule in Anderten das einjährige Bestehen der «Täglichen Bewegungsgrammatik». Sie wissen doch — wir hatten in den ASM darüber berichtet —, vor einem Jahr hatte Dipl.-Sportlehrer Ungefroren damit begonnen, die Kinder in der grossen Pause zu täglich 20 Minuten Gymnastik an die Luft zu führen. Ob Wind oder Wetter, ob Winter oder Sommer, die Kinder turnten ihre Uebungen, die zu einer täglichen «Bewegungsgrammatik» zusammengestellt worden waren. Der Erfolg dieser täglichen 20-Minuten-Gymnastik stellte sich bei den Bundesjugendspielen ein. Die Zahlen der Spiele aus den Jahren 1954, 1955 und 1956 bewiesen es. Während 1954/55 vor Einführung der täglichen Sportübungen von den teilnehmenden Jungen und Mädchen 31 Prozent bzw. 32 Prozent den Leistungsdurchschnitt, die Erlangung der Diplome des Bundespräsidenten und der Kulturminister, erreichten oder übertrafen, zeigten die Bundesjugendspiele 1956 nach zehn Monaten täglicher Gymnastik einen Anstieg auf 53 Prozent. Darunter war die doppelte Anzahl an Heuss-Diplomen gegenüber den beiden Vorjahren. Die Durchschnittsgrenze (35 bis 39 Punkte) erreichten 1956 23 Prozent der Kinder gegenüber 11 Prozent 1955. Ein Vergleich unter Einschluss der Kinder, die fast den Durchschnitt erreichten, ergibt für 1956 ein Plus von 33 Prozent (1955: 43 Prozent, 1956: 76 Prozent). Als erste Volksschule im Regierungsbezirk Hannover hat die Volksschule Anderten, deren Lehrkörper für seine Umsicht höchste Anerkennung verdient, die dritte Turnstunde in der Woche eingeführt. Die Gymnastikstunde wurde aus diesem Grunde auf viermal wöchentlich eingeschränkt. Diplom-Sportlehrer Albert Ungefroren, der Initiant der täglichen Bewegungsspiele, erläuterte seine Gedanken: «Die täglichen gymnastischen Uebungen sollen für die Kinder nur ein Uebergang zur täglichen Turnstunde sein. Wir haben sie aus dem Gedanken heraus geboren, dass der Gesundheitszustand der Kinder diese Uebungen erfordert.» Sportreferent Regierungsrat Fritz Fromm, früherer Handball-Nationalspieler und Lehrwart des Deutschen Handball-Bundes, hat für die Schulen in Hannover etwas Besonderes ausgearbeitet. «Wir sitzen sozusagen in den Startlöchern der Aktion Schul-Sonderturnen. Nach Ausbildung von

geeigneten Lehrkräften und Bereitstellung der finanziellen Mittel, soll ab Ostern 1957 in den Schulen der Stadt Hannover für gesundheitsgefährdete Kinder Schul-Sonderturnen dreimal wöchentlich eingeführt werden. Dieses Sonderturnen soll keine Konkurrenz für das orthopädische Turnen sein, das eine Aufgabe der Aerzte und Heilgymnastiker ist, sondern soll der Beseitigung von Haltungsschäden bei Schulkindern dienen.» Diese Aktion Schul-Sonderturnen soll für die Schulen in den Städten, in denen aus räumlichen Gründen eine tägliche Bewegungsgymnastik nicht möglich ist und häufig auch die Lehrkräfte fehlen, die bereit sind, die Mehrbelastung auf sich zu nehmen, eine Brücke zur täglichen Turnstunde werden. Durch Initiative des Lehrers Rutsch in Wellie im Landkreis Nienburg wurde das Ziel, die tägliche Turnstunde, erreicht. Diese kleine Schule im Regierungsbezirk Hannover dürfte wohl die erste Lehranstalt in Deutschland sein, in der der alte Wunschtraum von Pädagogen und Medizinern in Erfüllung ging. Ein Lehrer mit dem guten Willen zeigte den Weg und gab ein Beispiel für viele. Der Rektor einer Volksschule in Düsseldorf hat die Geduld verloren und eigenmächtig für seine Schule die tägliche Sportzeit eingeführt. Er besah sich sehr aufmerksam die Stundenpläne, nahm den Rotstift zur Hand und machte bei weniger wichtigen Unterrichtsstunden Abstriche bis zu einer Viertelstunde. Schliesslich beschritt er noch seine und die Freizeit der Lehrer und erreichte damit insgesamt 60 Minuten täglich für Sport. Ueber diese Stunde freuten sich natürlich die 500 Jungen und Mädel. Die Schulbehörde hörte von den Massnahmen des Rektors — und schwieg. Weiter erfährt man von einem jungen Lehrer, der schlankweg drei Unterrichtsstunden um jeweils fünf Minuten beschnitt und vor der vierten Stunde Sport ansetzte. Er liess seine Schüler wegen der Raumnot mit Turnschuhen und bei offenem Fenster über Stühle und Bänke hüpfen. Viele Pläne liegen für die Intensivierung des Schulsportes in Oesterreich vor. Man will endlich Schluss machen damit, dass in den Turnstunden nur Korb- oder Völkerball gespielt wird, und will, dass systematischer Sport betrieben wird. Ein Plan sieht eine Fünf-Tage-Woche für Schüler vor. Der Samstag soll Sport oder Wandertag sein. Sicher ein interessantes Projekt, das auch von der Lehrerschaft unterstützt wird.