

Zeitschrift:	Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	15 (1958)
Heft:	12
Rubrik:	Die Bedeutung der Leibeserziehung im Dienste der Volksgesundheit

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: 05.02.2026

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

ander. Leider wird dieses Verhältnis selten richtig proportioniert gesehen. Zweifelsohne ist die Aufgabe, sittliche und sodann geistige Kräfte zu pflegen, die weitaus wichtigste, und das Kind ist sicherlich nicht in der Lage, dies selbst zu erkennen und zu beurteilen. Alle Bedürfnisse solcher Art manifestieren sich in seinem Innern nicht derart, dass es selbst dazu etwas zu sagen vermöchte. Etwas ganz anderes aber sind die körperlichen Bedürfnisse. Davon merkt das Kind bewusst sehr viel, auch wenn es sie nicht erklären und werten kann. Unter anderem weiß es nicht, ob zwei bis drei Stunden vom erzieherischen Standpunkt aus betrachtet genügen, aber es empfindet sehr intensiv einen ungeheuren Bewegungsdrang.

Wer mitten in der Schule drin steht, der weiß sicher — zumindest in der Stadt — dass mit drei Turnstunden der Bewegungsdrang von Buben niemals genügend gestillt werden kann. Je grösser die Anforderungen in den geistigen Fächern, um so grösser das Bedürfnis nach einem gesunden Ausgleich auf der körperlichen Seite, der in den manuellen Disziplinen und in Turnen und Sport zu finden ist.

Wir haben eine bescheidene Ahnung von den körperlichen Bedürfnissen von Berner Mittelschülern. Dieser Drang nach Bewegung, nach Spiel, nach Wettkampf zeigt sich täglich. Im Unterricht sitzen sie da, diese lebendigen «Gielen», werden mit aller Kunst der Pädagogik im Zaume gehalten. Jede Gelegenheit, sich schon im Unterricht körperlich Luft zu machen, nutzen sie aus. Und wenn es dann zur Pause läutet, da geht es wie ein Ruck durchs ganze Schulhaus. Gibt der Lehrer die Zügel frei, so wird die Schule zum wimmelnden, wirbelnden, zappligen und lauten Ameisenhaufen. Jetzt wird aufgeholt, nachgeholt und vorgeholt, dass es eine Freude ist, sofern man diese Wucht der Jugend zu ertragen und zu verstehen mag.

Unter dem Eindruck des ungenügend gestillten Bewegungsdranges haben wir an unserer Knabensekundar-

schule versucht, einen leichtathletischen Wettkampf für alle Schüler der obersten zwei Klassen durchzuführen. Welch eine Begeisterung brach aus, als die Buben davon hörten. Sie wurden aufgefordert, sich nicht nur im Turnen, sondern auch während der Freizeit vorzubereiten. Dies verstanden sie nun ausgezeichnet. Mit einer Initiative und Energie, die uns Lehrer verblüffte, gingen sie ans Werk. So wurde der Sportnachmittag zu einem wahren Erlebnis. Alle Buben wollten etwas leisten, waren ganz bei der Sache und gingen voll aus sich heraus. Und der Schule wurde bewusst, dass sie in dieser Sache eine grosse Aufgabe zu bewältigen hat.

Nun darf aber nicht verschwiegen werden, dass die Leistungen, die sich also auf den dreistündigen Turnunterricht und ein ganz kurzes Privattraining stützten, ausserordentlich bescheiden waren. Es ist ganz klar, dass die Schule mit drei Turnstunden dem bestehenden Bedürfnis bei weitem nicht gerecht werden kann. Und es ist ein Irrtum zu glauben, die Jugend könnte das, was ihr auf der körperlichen Seite fehlt, in der Freizeit, im Schosse der Familie und vielleicht der Turn- und Sportvereine finden. Ein grosser Teil unserer Schuljugend ist körperlich in dem Sinne unterentwickelt, als die an sich vorhandenen Kräfte erzieherisch nicht genügend erfasst und gebildet werden. Dies muss unmissverständlich gesagt sein.

Eine Besserung ist nur denkbar, wenn die alles in der Erziehung bestimmenden Erwachsenen erkennen, dass

richtig geformte körperliche Kräfte eine elementare Voraussetzung zur richtigen Entwicklung sittlicher und geistiger Werte sind.

Jedem Kind, das im Zeitraum seiner entscheidenden Entwicklung körperlich zu kurz kommt, fehlt ein wesentlicher Teil zu einer allgemeinen Bildung. Wir Erwachsene tun gut, in diesem Kapitel mehr als bisher den kindlichen Bedürfnissen Rechnung zu tragen.

Die Bedeutung der Leibeserziehung im Dienste der Volksgesundheit

Wie wir dem Organ des Bayrischen Landes-Sportverbandes, dem ASM, entnehmen konnten, äusserte sich bei der Eröffnung der Nürnberger Sportwoche der Präsident des Deutschen Sportärztekongresses, Prof. Dr. Hans Grebe, über das obige Thema wie folgt:

«Leibesübungen und Sport — und damit die Leibeserziehung als pädagogische Aufgabe — können in ihrer Bedeutung und in dem Dienst, den sie der Volksgesundheit leisten, gar nicht hoch genug bewertet werden. Vielleicht darf ich diese Feststellung gerade in meiner Eigenschaft als Präsident des Deutschen Sportärztekongresses deshalb treffen, weil die deutschen Ärzte gemeinsam mit den Leibeserziehern in besonderem Masse berufen sind, auf die Notwendigkeit ausreichender körperlicher Bewegung in der Prophylaxe wie in der Therapie unserer heute so verbreiteten Zivilisationsschäden und Kreislaufstörungen hinzuweisen. Ich brauche nicht zu wiederholen, dass unsere heutigen accelerierten Jugendlichen, die — wie Sie alle wissen

— im allgemeinen ihre Eltern an Grösse überragen, jedoch unter besonderen Schwierigkeiten der Konzentration in der Schule und häufig auch unter Denk- und Gedächtnisschwierigkeiten als Folge der sie täglich umflutenden Umweltreize leiden, vielfach nicht so widerstandsfähig sind, wie wir es bei der heutigen vitaminreichen Ernährung, den guten therapeutischen Möglichkeiten durch Arzneimittel und den prophylaktischen Massnahmen durch Impfungen und vorsorgende Behandlung besitzen. Wie auch Reihenuntersuchungen, beispielsweise bei sportärztlichen Untersuchungen oder bei Musterungen in den letzten Jahren gezeigt haben, lassen sich bei unseren Jungen und Mädchen im Entwicklungsalter und auch danach häufig vegetative Regulationsstörungen feststellen, die oft fälschlich als echte Kreislaufstörungen gedeutet und unter Anordnung von körperlicher Schonung in ihrer Auswirkung auf den wachsenden und ausreifenden Organismus noch verstärkt werden.

Was unseren jungen Menschen aber heute fehlt, die wie Treibhauspflanzen hochschiessen und dabei unter der Dunstglocke der Grossstadt oft die natürliche Umwelt vergessen müssen, ist die ausreichende körperliche Betätigung, die auch allein in der Lage ist, die vielen statischen Beschwerden (Knickplattfüsse, Wirbelsäulen- und andere Belastungsschäden) auszugleichen. Die so oft falsch diagnostizierten jugendlichen Herzfehler sind keine organischen Störungen, sondern die Folge von Durchblutungsstörungen auf Grund eines unzureichenden allgemeinen körperlichen Turgors wie eines besonders labilen Tonus des gesamten Kreislauf-

INHALTSVERZEICHNIS

Ungestillte Bedürfnisse

Die Bedeutung der Leibeserziehung im Dienste der Volksgesundheit

Technische Seiten: Skilanglauf

Bücher und Zeitschriften / Echo von Maglingen

Auf den Spuren des VU

Wanderpreis »General Guisan»