Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 19 (1962)

Heft: 1

Artikel: Das Ziel unserer Arbeit als Leibeserzieher

Autor: Patt, Christian

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991123

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: 13.12.2025

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

richtig wachsen: es kommt zur Bildung von Knick-, Senk- und Spreizfüssen, und diese Schäden setzen sich infolge falscher Belastung weiter auf den Stützapparat des Beckens und der Wirbelsäule fort. Verschiebungen der Wirbel können dann zu Quetschungen der dort austretenden Nerven, zu Schmerzzuständen und zu allgemeinen Haltungsschäden führen.
All diesen Haltungs- und Zivilisationsschäden kann man nur vorbeugen, durch eine intensive sportliche und körperliche Betätigung. Aber wie ist es damit bestellt?
Bei einer Analyse von 6 875 Fragebogen, die von den Eltern von 43 Oberschulen ausgefüllt worden waren, ergab es sich, dass 60 Prozent aller Kinder infolge der Ueberforderung durch die Schule beim besten Willen keine Zeit zu sportlicher Betätigung hatten. Dazu kommt der oft katastrophale Mangel an geeigneten Spiel- und Sportplätzen. Vor dreissig Jahren nahm Deutschland mit seiner Jugendgesundheitsfürsorge den ersten Platz in der Welt ein. Heute dagegen haben viele Städte und Gemeinden in Westdeutschland noch nicht einmal den Stand von 1930 erreicht, während zahlreiche andere Länder weit vor uns liegen.
Gerade wegen der im Kindesalter häufig schon bestehenden Schäden aber sollte durch sorgfältige ärztliche Untersuchungen in jedem Falle festgestellt werden, welche Form eines Ausgleichssports für ein Kind zuträglich und empfehlenswert ist. Aber nicht nur für die Kinder, sondern ebensosehr für den Menschen im Beruf, der im Zeitalter zunehmender Automation immer mehr zu sitzender und bewegungsarmer Tätigkeit zwingt, ist ein Ausgleichssport dringend erforderlich. Immer mehr Menschen scheiden heute vor Erreichung der «Altersgrenze» aus dem Arbeitsprozess wegen Krankheit aus. Das Durchschnittsalter der Renten-Neuempfänger in den Invaliden-, Angestellten- und Knappschaftsversicherungen liegt heute bei den Männern etwa bei 59 und bei den Frauen bei 57 Jahren; und diese Zahlen werden möglicherweise noch weiter absinken.
In diesem Alter allerdings ist eine vorherige gründliche ärztliche Untersuchung und Beratung noch wichtiger als bei den Jugendlichen. Oft leidet ein Mensch in diesen Jahren schon, ohne es zu wissen, an Schädigungen, die gewisse sportliche Betätigungen ausschliessen oder die es ratsam erscheinen lassen, den Organismus erst durch ein ganz langsames Training an neue Belastungsreize zu gewöhnen. Anderseits kann sogar bei schon geschädigten Herzen durch eine vernünftig durchgeführte Sport- und Bewegungstherapie eine erhebliche Besserung erzielt werden, die sich, so stellte auf einem Sportärztekongress der Leiter der Berliner sportärztlichen Hauptberatungsstelle fest, im allgemeinen günstiger auswirkt, als eine Behandlung mit herzstärkenden Medikamenten.
Ja, dass man sogar bis ins hohe Alter hinein Sport und Gymnastik betreiben soll und kann, zeigte auf dem gleichen Kongress der Leiter der Kölner Sporthochschule, Professor Diem. Er hat fünfzehn Richtlinien aufgestellt, bei deren Befolgung sich auch der alte Mensch durch sportliche Betätigung jung und elastisch erhalten kann.

Das Ziel unserer Arbeit als Leibeserzieher

Christian Patt

> Sinnvolle Leibeserziehung ist auch Geisteserziehung; sie muss es sein und muss es noch mehr werden als bisher, wenn sie dem einzelnen und unserem Volksganzen zum Segen gereichen soll.

Es ist erfreulich, dass man den Fragen um Sinn und Wert auch der physischen Seite unserer Erzieherarbeit allgemein wieder mehr Aufmerksamkeit schenkt. Heute, im Zeichen immer weiter fortschreitender Spezialisierung und Mechanisierung auf allen Lebensgebieten, besinnt man sich anderseits wieder auf die Mahnungen aller bedeutenden Pädagogen und Erzieher, die Gesichtspunkte der «Gesamt-Erziehung» nicht zu vergessen. Es dürfte doch wohl einer dringenden Notwendigkeit entsprechen, wenn wir gerade in der jetzigen Zeit des raschen Wandels und vielleicht eines äusseren und inneren Umbruchs wenigstens von der Schule aus alles tun, um neben der Verstandesarbeit auch der Gemütsbildung und den körperlichen Notwendigkeiten die nötige Bedeutung und Betreuung angedeihen zu lassen: «Kopf, Herz und Hand (Körper)...» Jeder Fachlehrer muss wissen, dass er den Blick auf das Gesamtziel nie verlieren darf, wenn er wirklich Erzieher sein will. In diesem Sinne möchten wir auch das Schulturnen auf allen Stufen nicht nur als Fach aufgefasst wissen, sondern als das Prinzip der Erziehung vom Leiblichen her, als «Leibeserziehung» im weitesten Sinne. Dabei dürften für unsere Arbeit etwa folgende Richtlinien massgebend sein:

A. Körperliche Gesunderhaltung:

Entfaltung einer vollen körperlichen Leistungsfähigkeit.

1. Normale körperliche Entwicklung anregen, führen und fördern (der Alters- und Wachstumsstufe gemäss).
2. Beachtung guter Körperhaltung und eines richtigen, natürlichen Bewegungsablaufes; Haltungsfehlern und Versteifung vorbeugen.
3. Erkennen von Fehlern in Haltung und Bewegung und Ergreifen der nötigen Gegenmassnahmen (in Verbindung mit dem Schularzt), also korrigieren und heilen, was im Schulalter noch möglich ist.
4. Allgemeine und spezielle hygienische Massnahmen. Wecken von Sinn und Wille zu gesunder, natürlicher Lebensweise. Reinlichkeit, Körperpflege, Ernährung, Kleidung usw.

B. Erzieherische Gesichtspunkte (im Sinne allgemein menschlicher Haltung und Leistungsfähigkeit).

1. Im Hinblick auf den Charakter des einzelnen.
2. Soziale Werte. Persönliche Qualitäten im Dienste der menschlichen Gemeinschaft.

Die unter Abschnitt A erwähnten Gesichtspunkte der Leibesübung/Leibespflege müssen wir also von der viel höheren Warte der Leibeserziehung aus betrachten und beurteilen. Unser Körper ist der Träger des menschlichen Geistes. Sind die geistigen, seelischen Kräfte nicht edel und gut, so ist auch der Wert eines trainierten Körpers als deren Träger nicht allzuhoch einzuschätzen. Richtige Leibeserziehung ist Geisteserziehung im besten Sinne, und wer über einen gesunden, wohlgestalteten Körper und leistungsfähige Organe verfügt, besitzt ideale Voraussetzungen für eine gesunde charakterliche Entwicklung. Ohne Berücksichtigung dieser höheren Ziele wäre alle äussere Sorgfalt falsch angewendet. Den Körper wollen wir in diesem Zusammenhang als Werkzeug des Geistes und Ausdrucksmittel der Seele betrachten. Sicher ist, dass Eigenschaften wie Selbstdisziplin, Wille zur Ein- und

Unterordnung, Selbstüberwindung und Selbstvertrauen, Reaktionsvermögen und Ausdauer gepflegt und gestärkt werden können. Diese und andere Kräfte vermögen dann die innere Haltung des Menschen zu festigen und damit die äussere, gute körperliche Haltung aufs vornehmste zu ergänzen, ja erst zu ermöglichen. Die angestrebten charakterlichen Eigenschaften des einzelnen werden ihren letzten, höchsten Wert erst dann erhalten, wenn er sie einsetzt in den Dienst am Mitmenschen, für die Gemeinschaft. Wo bleibt der moralische Wert eines ausgeprägten Willens oder einer bewunderten Ausdauer, wenn diese Kräfte in egoistischer Weise und oft sogar zum Nachteil des Nächsten angewendet werden? Erst wenn wir von Bescheidenheit, von Tapferkeit, von Ritterlichkeit oder «Fairness», von Rücksichtnahme und Achtung vor den geschriebenen und ungeschriebenen Gesetzen des Handelns, wenn wir von Hilfsbereitschaft und Gemeinschaftssinn reden können, hat unsere Bemühung in der Leibeserziehung ihr höchstes Ziel erreicht.
Vielleicht spielen die äussere Form, der Stoff, das Bildungsgut eine viel kleinere Rolle, als wir allgemein annehmen. Unerlässlich bleibt aber unser ernstes Bemühen darum, unsere Bereitschaft und das Suchen nach immer besseren Möglichkeiten und Formen. Stillstand wäre auch hier Rückschritt.

Auf dem Weg zur täglichen Turnstunde

Mr. Im Schuljahr 1960/61 wurde an den aargauischen Schulen ein interessanter Versuch mit der «täglichen Bewegungslektion» unternommen. Der Ausschuss für Schulturnen hat nun an die aargauische Erziehungsdirektion zu Handen des Erziehungsrates einen Bericht ausgearbeitet. An einer Konferenz der aargauischen Turnexperten wurde dieser Bericht einstimmig gutgeheissen.
Wir möchten unsere Leser besonders auf die am Schluss des Berichtes gestellten Anträge aufmerksam machen.

A. Vorbereitung und Organisation des Versuches

An der Konferenz der Turnexperten vom 3. Juni 1959 hielt Prof. Dr. Schönholzer, Chef Sektion Forschung ETS, ein Referat über das Thema «Tägliche Bewegungsstunde — tägliche Turnstunde», worin er auf den Haltungszerfall bei unserer Schuljugend verwies und die Situation als alarmierend bezeichnete. In der anschliessenden Diskussion wurde aus der Mitte der Versammlung die Anregung unterbreitet, es möchte an den Schulen des Kantons Aargau ein Versuch mit der täglichen Bewegungslektion unternommen werden. Nachdem von Seiten des Erziehungsdirektors Unterstützung zugesagt wurde, waren die Voraussetzungen für die Durchführung gegeben.
In der Folge wurde der kantonale Ausschuss für Schulturnen mit der Vorbereitung und Organisation eines einjährigen Versuches auf freiwilliger Basis beauftragt. Die Turnexperten stellten sich für die Gewinnung der Lehrkräfte zur Verfügung und machten zu einem grossen Teil auch selber mit. Es wurde vorgesehen, in jedem der 11 Bezirke mit mindestens drei Schulabteilungen, nämlich mit je einer der I., II. und III. Altersstufe, den Versuch durchzuführen. In einigen Bezirken wurden weitere Lehrkräfte zum Mitmachen eingeladen, so dass zuletzt 52 Lehrerinnen und Lehrer der Gemeinde- und Sekudarschulen am Versuch beteiligt waren. Diese Lehrkräfte wurden auf den 29. April 1960 zu einem ganztägigen Einführungskurs nach Brugg aufgeboten, an dem die organisatorischen und technischen Weisungen und Anordnungen für die Durchführung festgelegt werden konnten. Im Stundenplan war die nach Lehrplan festgesetzte Pflichtstundenzahl einzusetzen, wobei die Turnstunden durch andere Fächer zu ersetzen waren. Hievon sollten täglich 30 Minuten für die Bewegungslektion Verwendung finden. Die zeitliche Ansetzung derselben blieb dem Lehrer überlassen. Für die Gestaltung der Lektionen von 30 Minuten Dauer wurden folgende Richtlinien erlassen:
8—10 Minuten Einlaufen, Bewegungs- und Haltungsschulung in jeder Lektion. Nachher (abwechselnd) ca. 20 Minuten entweder Geräteturnen, leichtathletische Uebungen oder Spiel.
Eine Auswahl des zu behandelnden Stoffes wurde praktisch durchgearbeitet. Anwesend am Kurs war auch Christian Patt, der in den Jahren 1955 bis 1957 im Kanton Graubünden schon Versuche in der gleichen Richtung gemacht hat und uns wertvolle Hinweise auf Grund seiner Erfahrung geben konnte.

B. Berichte der beteiligten Lehrkräfte

Gegen Ende des Schuljahres wurde den am Versuch beteiligten Lehrerinnen und Lehrern ein Berichtsformular zugestellt, worin sie sich über ihre Erfahrungen und Beobachtungen äussern konnten.
Die Auswertung dieser Berichte ergibt folgendes Resultat:

a) Anzahl beteiligter Lehrkräfte

Mit dem Versuch begonnen		53 Lehrkräfte
Im Verlaufe des Jahres abgebrochen .		1 Lehrkraft
Den Versuch beendet		52 Lehrkräfte
Eingegangene Berichte	52	
Unterstufe (1. / 2. Schuljahr)	15	
Mittelstufe (3.—5. Schuljahr)	20	
Oberstufe (6.—8. Schuljahr)	17	

b) Beantwortung der Fragen

1. Erachten Sie die tägliche Bewegungsstunde in bezug auf Unterrichtsgestaltung, Schulleben, Gesundheit als wünschenswert?
   Ja . . . . . 47 Lehrkräfte
   Keine Aeusserung . . . . . 3 Lehrkräfte
   Nein . . . . . 2 Lehrkräfte
2. Auswirkungen auf das Kind: Vermehrte / verminderte Aktivität / Anzeichen gesteigerter Aufmerksamkeit / Ermüdungserscheinungen
   Vermehrte Aktivität . . . . . 34 Lehrkräfte
   Keine Auswirkungen festgestellt . . 18 Lehrkräfte
   Verminderte Aktivität . . . . . — Lehrkräfte
   Gesteigerte Aufmerksamkeit . . . . 23 Lehrkräfte
   Keine Auswirkungen festgestellt . . 28 Lehrkräfte
   Ermüdungserscheinungen . . . . . 1 Lehrkraft
3. Auswirkungen auf den Unterricht: Steigerung / Beeinträchtigung des Unterrichtserfolges?
   Steigerung des Erfolges . . . . . 23 Lehrkräfte
   Keine Auswirkungen festgestellt . . 26 Lehrkräfte
   Beeinträchtigung des Erfolges . . . 3 Lehrkräfte
4. Auswirkungen auf die Disziplin:
   Positive Auswirkungen . . . . . 26 Lehrkräfte
   Keine Auswirkungen festgestellt . . 24 Lehrkräfte
   Negative Auswirkungen . . . . . 2 Lehrkräfte
5. Hygienische Probleme, Anfälligkeit gegenüber Krankheiten usw.
   Positive Aeusserungen . . . . . 11 Lehrkräfte
   Keine Aeusserungen . . . . . 41 Lehrkräfte
   Negative Aeusserungen . . . . . — Lehrkräfte
6. Würden Sie bei der Neugestaltung des Lehrplanes Bestimmungen, welche die Durchführung der täglichen Bewegungslektion ermöglichen würden, begrüssen?