

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 19 (1962)

Heft: [8]

Artikel: Kopf, Herz und Hand : Turnunterricht an einem Seminar

Autor: Reinmann, Max

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991167>

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

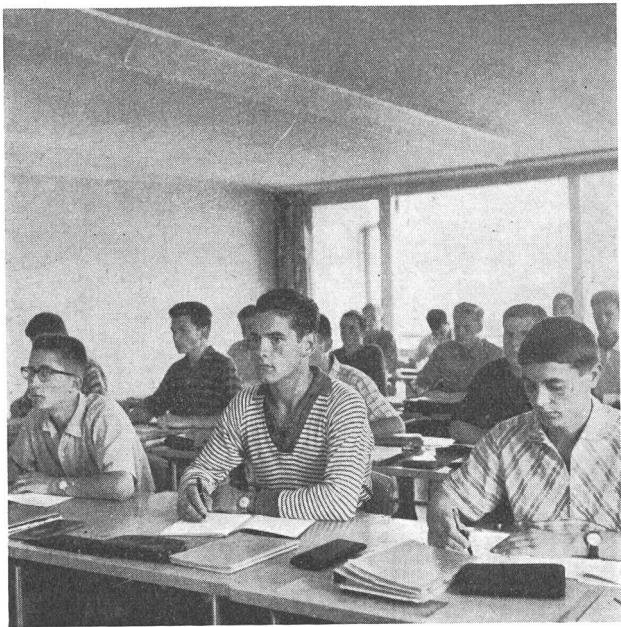
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 02.02.2026

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



Kopf, Herz und Hand

Turnunterricht an einem Seminar

Max Reinmann

Unsere Schüler stecken in einer entscheidenden Entwicklungsphase, die sich vor allem durch ihre Unausgeglichenheit kennzeichnet. Auf keiner andern Schulstufe zeigen sich so grosse Gegensätze: Körperlich gross aufgeschossene Burschen, deren geistig-seelische Entwicklung ihrem körperlichen Mannsein weit hinternachhinkt, Büblein ohne Stimmbruch mit den physischen Gegebenheiten der erst beginnenden Pubertät, bewegungsbegabte Jünglinge ohne Kraft und Ausdauer, Kraftprotzen ohne Bewegungsgefühl, schwache, bewegungsgehemmte Pykniker. Sollte nun im Turnunterricht nur jedem das Seine gegeben, jeder in seiner persönlichen Entwicklung gefördert werden, so würde sich unsere Aufgabe in keiner Weise von einer der anderen höheren Mittelschulen unterscheiden. Wir haben aber noch eine weitere Aufgabe:

Unsere Schüler müssen samt und sonders zu Turnunterricht erteilenden Lehrern ausgebildet werden.

Erstes Ziel muss jedoch für die Lehrerbildung die Formung der Persönlichkeit sein. Das Turnen hat hier seine wesentliche Aufgabe. In enger Zusammenarbeit mit dem ganzen erzieherischen Geschehen am Seminar hat der Turnunterricht zu wirken, dass schliesslich unsere Schüler als verantwortungsbewusste, ehrliche und ihrem Berufe begeistert ergebene junge Leute ins Land hinaus gehen. Ein ganz wesentlicher Punkt scheint mir das Mass zu sein, das jedem Lebensgebiet zugegeben wird: Wohl darf jeder seine Lieblingsbeschäftigung haben, die seinen Neigungen entspricht. Aber er soll erkennen, dass er daraus nicht eine Einseitigkeit, die sich auch auf seine Umgebung auswirken muss, wachsen lässt. Wir wollen keine einseitigen Fanatiker züchten, sondern vor allem Menschen bilden, die das Ganze sehen und ihm dienen. Für unsere Volksschule, der wir mit unserer Lehrerbildung den Weg zu bereiten haben, ist dies ausschlaggebend. Von allem Anfang an ist aber das

Turnen am Seminar berufsbildendes Fach.

Wenn wir nur die Ziele verfolgen würden, die sich jede andere Schule mit ähnlichen Schülern stellen muss, nämlich die Förderung der normalen Entwicklung, das Schaffen von Leistungsfähigkeit und die Erziehung zum harmonischen Menschen, dann würden wir in Stoffwahl und Arbeitsmethode recht frei sein. Da aber unsere Schüler später selber Turnunterricht erteilen sollen, muss die gesamte Arbeit darauf Rücksicht nehmen. Ein paar besondere Stunden für Fach-Methodik im letzten Jahr vor der Abschlussprüfung genügen keineswegs, um das Wesen des Turnunterrichtes auf der Volksschulstufe zu ergründen und das nötige Wissen und Können zu vermitteln. Wir müssen dafür sorgen, dass unsere Schüler den gesamten Schulturnstoff aus eigenem Erleben kennen. Dabei genügt es keineswegs, wenn sie einzelne Übungen einmal ausgeführt haben, sondern es muss sich um ein geistiges Durchdringen handeln, um ein Erkennen der technischen Grundlagen, um ein Erfühlen des rhythmischen Geschehens, um ein Hineinstellen in den Gesamtrahmen. Diese Arbeit muss schon mit der ersten Stunde im Seminar beginnen. Das führt dazu, dass unsere Stoffauswahl nicht immer ganz stufengemäss ausfallen kann, und dass unsere Schüler oft staunen, mit welch einfachen Dingen wir uns vorerst abgeben. Statt dass wir uns mit einem intensiven Handballtraining abgeben, spielen wir alle Formen von Jägerball, spielen Schlagball mit all seinen Aufbauspielen, statt dass wir gleich Speer- und Diskuswerfen, lernen wir vorerst das Werfen von seinen Grundlagen aus mit dem kleinen und grossen Ball und mit dem Wurfkörper. Und die O'Brien-Technik im Kugelstossen ist ein Ziel, das wir nach jahrelanger Grundarbeit zu erreichen hoffen.

Unsere Schule hat organisatorisch ein besonderes Gesicht. Sie ist unterteilt in Internat und Externat. Die ersten zwei Jahre befinden sich die Schüler im Internat im landschaftlich reizvollen und pädagogisch traditionsbeladenen Hofwil. Das dritte und vierte Jahr absolvieren sie in Bern, wo sie, wie andere Schüler, in Familien in der Stadt wohnen und täglich ins Oberseminar zur Schule gehen. Dort hat man seine 3 oder im letzten Jahr 4 wöchentlichen Turnstunden in städtischen Hallen oder auf dem Universitätssportplatz. (Unsere eigene, uralte Turnhalle wurde wegen Neubauten abgebrochen, eine neue ist geplant, aber bisher noch nicht gebaut.) Ein Schüler-Turnverein bietet allen, die mehr wollen, die Möglichkeit zu einer wöchentlichen zusätzlichen Übungsgelegenheit. Diesen nicht sehr erfreulichen Verhältnissen steht aber ein geradezu idealer Zustand in Hofwil gegenüber. Wir haben hier unsere eigenen neuen und sehr zweckmäßig eingerichteten Anlagen. Eine prächtige Halle, ein Sportplatz, ein Trockenplatz mit allen wünschbaren Einrichtungen, die



ganz auf unsere Bedürfnisse zugeschnitten sind, ein allerdings altes, nicht sehr zweckmässiges, aber immerhin ein eigenes Schwimmbad stehen zur Verfügung. Das Schöne daran ist, dass wir in jeder Beziehung selber Herr und Meister sind. Keine Vereine, keine Ausserstehenden benützen unsere Anlagen. Wir haben sie ganz für uns allein. Im Sommer haben wir wöchentlich 4 (inkl. Schwimmen), im Winter 3 Turnstunden. Aber, was das Schönste ist, wir haben für uns im wahrsten Sinne des Wortes den Sportplatz der offenen Tür. Alle unsere Anlagen sind von morgens bis abends zur freien Benützung offen. Wer etwas unternehmen will, kann das in seiner Freizeit ohne die geringste Formalität tun. Man kann Geräteturnen, Leichtathletik treiben oder spielen, alles Material steht frei zur Verfügung. Einzige Bedingung ist, dass man zu Anlagen und Material Sorge trägt. Unser Internat liegt weitab von Dorf und Stadt. Es ist natürlich, dass die Schüler ihre Freizeit hier verbringen. Und

Spiel und Sport wird den meisten zur liebsten Freizeitbeschäftigung.

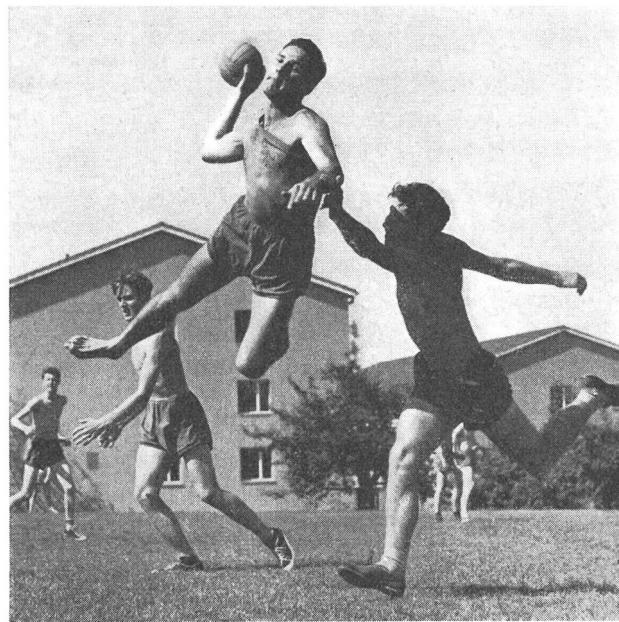
Das führt dazu, dass wir für viele die Forderung der täglichen Bewegungsstunde erfüllt haben. Dass es auch ein Zuviel geben kann, erleben wir gelegentlich, aber es ist äusserst selten, dass Schüler überborden. Die Forderungen der andern Fächer stecken ganz von selber einen sicheren Riegel. Es ist übrigens erzieherisch sehr wertvoll, dass gelegentlich ein Schüler, wenn er hinter ernsthafter Schularbeit sitzt, zum Fenster hinaus zusehen muss, wie seine Kameraden spielen, und er sich zugunsten einer besonderen Arbeit, oder weil er Versäumtes nachzuholen hat, dieses Vergnügen versagen muss.

Dieses freie Tummeln auf unseren Anlagen und im Sommer im Schwimmbad hat übrigens auch auf das Leben im Internat seine günstige Auswirkung. Wir erleben immer wieder, dass dann, wenn durch schlechtes Wetter oder sonstige Hindernisse die freie Betätigung gehemmt ist, viel eher Unruhe oder gar Dummheiten vorkommen. Es liegt im Wesen des Internats, dass dort, wo viele eng zusammenwohnen, leicht einmal Spektakel losgeht. Uebermut, gelegentlich auch Streit können zu Ueberbordungen führen. Nachts nach Lichterlöschen kann es dann vorkommen, dass irgend etwas geschieht. Meist handelt es sich um harmlose Bubenstreiche. Sie kommen aber selten vor, wenn tags intensiv geturnt, gespielt, geschwommen wurde. Gesunde Müdigkeit, erworben durch frohes Turnen im Freien, bringt guten Schlaf und schwächt die Bereitschaft zu nächtlichem Spuk.

Leider fehlen uns Vergleichsmöglichkeiten, um die gesundheitliche Wirkung unseres Turnbetriebes beurteilen zu können. Grippeerkrankungen, die im engen Internatsleben leicht zu Ansteckungen anderer führen können, erleben wir immer wieder, meist jedoch in geringem Ausmass. Hingegen stellen wir fest, dass der Gesundheitszustand unserer «Stubenhocker» ausgezeichnet ist. Einen wertvollen Beitrag leistet auch eine zweckmässige Ernährung, die unter Bezug des Arztes zusammengestellt wird.

Beurteilung von Sport und Pseudosport

Und der Sport, der grosse Sport von draussen! Er dringt auch zu uns. Die sportbeflissensten unter unseren Schülern suchen gerne den Kontakt mit andern. Wir spielen immer gerne (und nicht mit schlechtem Erfolg) mit mehreren Mannschaften in der Juniorenhandballmeisterschaft mit. Wir besuchen das «Quer durch Bern». Unsere Schüler laufen Orientierungsläufe. Wenn in Bern ein grosses Sportereignis stattfindet, sei es ein Abendspiel um den Europa-Cup im Fussball oder ein gewichtiges Eishockeyspiel, so fragen immer wieder Schüler um Urlaub zum Besuch dieses Anlasses. Er

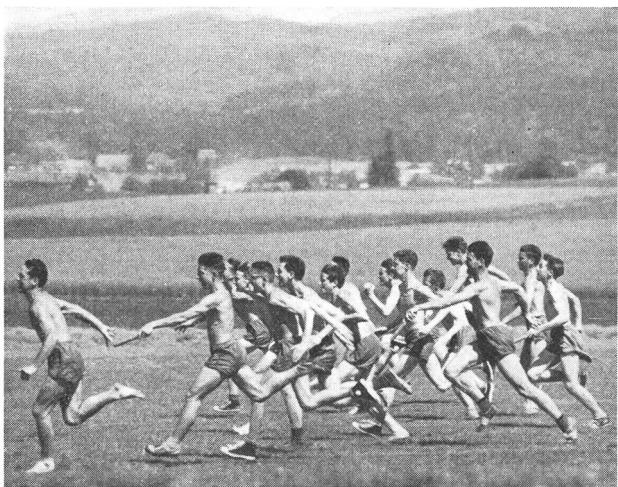


wird ihnen meistens gewährt. Zwar glauben wir nicht, dass wir damit etwas Wesentliches vermitteln, aber wir hoffen, dass wir damit das Urteilsvermögen der Schüler für das sportliche Geschehen in der Welt fördern können. Wir diskutieren gerne mit ihnen über diese Dinge und hoffen, sie dadurch auch hier zum Richtigen führen zu können. Jedenfalls haben wir schon oft erlebt, wie Schüler, die zum einseitigen und bedenkenlosen Sportfanatismus neigten, klar zu erkennen begannen, wo die Grenzen des guten Sportes liegen, und was uns allen frommt.

Aber nicht alle Schüler, die sich mit andern messen möchten, wagen den Schritt nach aussen, nicht zuletzt deshalb, weil sie sich nicht genug zutrauen. Um auch ihnen die Möglichkeit zum gesunden Wettkampf zu geben, organisieren wir unsere eigenen sportlichen Anlässe. Unser Hauptereignis ist der Turntag für das ganze Seminar als Abschluss der Sommerarbeit. Die Grundschulprüfung im Vorunterricht ist Zentrum und gilt zugleich als Klassenwettkampf im Mehrkampf. Daneben aber messen sich die Klassen in Staffetten und Spielen. Der Turntag ist ein richtiges Fest für unsere Schüler. Die Oberseminaristen kommen wieder für einen Tag in ihre alten Jagdgründe nach Hofwil zurück. Beim gemeinsamen Picknick und beim frohen Tun auf den Sportanlagen ist wieder einmal die ganze Seminar-Familie versammelt.

Aehnlich geht es zu und her bei unserem jährlichen «Hofwiler Orientierungslauf». Alle Schüler starten an





einem Spätherbsttag zum gemeinsamen Lauf in unserer Umgebung. Auch hier handelt es sich um einen Anlass des gesamten Seminars.

Die Schüler selber organisieren in der Freizeit sehr häufig ihre eigenen Spiele. Meistens wird Handball oder Fussball gespielt. Gegner lassen sich frei zusammenstellen: «Obere» gegen «Untere», d. h. die älteren gegen die jüngeren Schüler, Klasse gegen Klasse, ein Wohnhaus gegen das andere, ja sogar oberer Gang gegen unteren Gang. Selbst die Rekrutierung unserer Schüler nach Landesteilen kann zu Mannschaftsbildungen führen. Ausserdem pflegen wir im Sommer dem leichtathletischen Wettkampf zu dienen, indem wir gelegentlich kleine Abendmeetings durchführen: 80-m-Lauf und Kugelstossen oder Weitsprung und Schleuderballwerfen zum Beispiel. Da im Winter die Gefahr besteht, dass im beschränkten Raum der Turnhalle immer nur die gleichen, nämlich die spielbegeisterten Schüler zum Zuge kommen, bauen wir vor durch unser Hallenspielturnier. Hallenhandball, Korbball und Volleyball sind die gewählten Spiele. Jede Klasse stellt für jede Spielart eine Mannschaft. Ziel ist, dass möglichst viele Spieler eingesetzt werden. Ueber Wochen zieht sich dann dieses Turnier hin und bringt auch den schwächeren Spielern die Möglichkeit zum Mitmachen. Wir haben schon alle möglichen Formen versucht um zu erwirken, dass möglichst alle Schüler zum Zuge kommen, z. B. erzielte Punktzahl multipliziert mit der Zahl der in allen Spielen eingesetzten Spieler ergibt das Schlussresultat, oder Limitierung der Spiele pro Schüler auf 5 oder 6.

Erfreulich ist, wie sich auch heute noch die Jungen für das Geräteturnen begeistern lassen. Im subtilen Aufbau in den Turnstunden werden die Grundlagen gelegt. Nachher fordern wir Uebungskombinationen, die zu einem bestimmten Zeitpunkt vorführungsreif sein müssen. Das bewirkt, dass an den Geräten in der Freizeit ein Uebungsbetrieb entsteht, über den man oft staunen muss. Das Geräteturnen ist eben etwas, was unsrigen Jungen gut liegt und sie zu begeistern vermag, wenn man ihnen das Tor dazu öffnet. Wenn man mitbeobachten kann, wie unseren jungen Leuten aber noch andere, vielleicht bedeutungsvollere Tore geöffnet werden, in Musik, in wissenschaftlichem Suchen und Forschen, in darstellender Kunst, dann freuen wir uns ehrlich ob der Vielgestalt der Freizeitbeschäftigung, wo Turnen und Sport eine gute und gesunde Rolle zu spielen imstande sind, ohne ausschliesslich zu sein und ohne den jungen Menschen über Gebühr zu beanspruchen. — Jeder Schüler hat im Verlaufe seiner Ausbildungszeit am Seminar drei Skikurse zu besuchen. Jeder dieser Kurse hat ein anderes Gesicht: Technischer Kurs, Kurs für Methodik des Schülerskilaufes, Kurs für Skilager- und Tourenleiter. Leider haben wir

kein eigenes Kurszentrum irgendwo im Skigebiet. So müssen wir uns jeweils einmieten, wo wir Platz finden, in Militärbaracken oder in Ferienheimen anderer Schulen. Einen ganz besonderen Aspekt erhalten unsere Skilager dadurch, dass den leitenden Turnlehrern immer wieder ehemalige Schüler als Klassenlehrer zur Verfügung stehen. Meist sind dies junge SI oder solche Lehrer, die durch eigene Unternehmungen, Weiterbildung in Kursen und durch Erfahrungen mit ihren eigenen Klassen zur Führung unserer Skiklassen besonders geeignet sind. Dadurch verfügen wir über einen Lehrkörper der Skikurse, der über das pädagogische Rüstzeug verfügt und damit erfolgreiche Arbeit gewährleistet.

Vorunterrichtsarbeit

Unsere Schüler stehen im Vorunterrichtsalter. Dass wir mit unserem Tun in Schule und Freizeit Vorunterrichtsarbeit leisten, liegt auf der Hand. Wir gelten als freie Trainingsgruppe. Unsere Prüfungen (Grundschule, Orientierungslauf, Schwimmen, Leistungsmarsch) führen wir als VU-Prüfungen durch. Unsere Skikurse sind Vorunterrichtskurse. Der Schülerturnverein im Oberseminar führt normalerweise einen Grundschulkurs durch. Daneben aber versuchen wir, unsere Schüler dazu zu bewegen, dass sie später, wenn sie in Amt und Würde sind, sich des örtlichen Vorunterrichtes annehmen. Gelegentlich gelingt es uns, einige Schüler in einen eidg. Leiterkurs zu placieren, so dass sie schon anerkannte VU-Leiter sind, wenn sie einmal hinaustreten in ihren Wirkungskreis als Lehrer. Oft, im Prinzip mit jeder Klasse einmal, machen wir eine Exkur-



sion nach Magglingen, um ihnen die Heimat des Vorunterrichtes zu zeigen und sie vielleicht unter dem Eindruck der Anlagen, die sie dort sehen und des Reizes der Magglinger Landschaft dazu zu bringen, sich im VU später einzusetzen. Dass wir ihnen auch theoretisch das Wesen des VU vertraut machen, gehört in unsern Ausbildungsplan.

Turnen — Prüfungsfach

Genau wie bei der Aufnahme ins Seminar ist zum Abschluss Turnen Prüfungsfach. Dies erhellt die Stellung des Turnens im ganzen Ausbildungsgang. Es ist genau gleich bedeutend wie jedes andere Fach und wird nicht in die Rolle des unbedeutenden Nebenfaches ohne irgendein Gewicht abgeschoben. Damit wird eindeutig dokumentiert, dass unser Bildungsgang am Seminar sich vor Einseitigkeit scheut, dass wirklich die Ausbildung von Kopf, Herz und Hand, wie sie Pestalozzi fordert, angestrebt wird. Dies danken wir unsrigen Schulbehörden und unsrigen Kollegen von den andern Fächern, die uns den Platz an der Sonne gönnen.