

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 21 (1964)

Heft: 5

Artikel: Die tägliche Bewegungslektion

Autor: E.F.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990754>

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: 21.02.2026

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

Die tägliche Bewegungslektion

Der nachfolgende Bericht bezieht sich auf den Versuch mit einer vierten Klasse. Ausser diesem vierten waren noch drei andere, ein erstes, ein zweites und ein drittes Schuljahr im gleichen Schulhaus beteiligt. Durch das Entgegenkommen der Kolleginnen und Kollegen war es möglich, für die in Frage kommenden Tage sogar die Halle für die vier beteiligten Lehrkräfte zu reservieren.

Organisatorisches: Die beiden zur Verfügung stehenden Garderoben sind so gross, dass man zwei Klassen darin unterbringen kann. So konnte die halbe Stunde voll und ganz ausgenützt werden. Die eine Klasse konnte die andere direkt in der Halle ablösen. Für meine Klasse gab es keine Lektion, nach welcher nicht wenigstens einige Kinder noch Zeit gefunden hätten, sich die Füsse zu waschen.

Aufteilung der Lektionen: Damit der Versuch im Rahmen der gesetzlich vorgeschriebenen Stundenzahl durchgeführt werden konnte, wurden die zweigeteilten Lektionen folgendermassen auf die verschiedenen Tage verteilt:

Montag 1000—1030: Laufen, ganze Klasse
Dienstag 0800—0830: Gerät, ganze Klasse
Mittwoch 1030—1100: Spiel, ganze Klasse
Donnerstag 0930—1000: Werfen, Springen, ganze Klasse
Freitag 1010—1055: Normallektion mit den Knaben.

Die Klasse setzte sich aus 13 Mädchen und 17 Knaben zusammen.

Erfahrungen: Jede Lektion begann mit 8 bis 10 Minuten Grundschule. Dadurch erhielt dieser Teil ziemliches Übergewicht. Aber über die Notwendigkeit einer vermehrten Bewegungs- und Haltungsschule braucht hier wohl kein weiteres Wort verloren zu werden. Es hat sich auch hier wieder einmal mehr gezeigt, dass der Appetit mit dem Essen kommt und, nebenbei erwähnt, auch das Können. Ich habe nie den Eindruck bekommen, dass sich die Schüler diesem Teil der Lektion entziehen möchten; mit einem Bällchen in der Hand zum Beispiel sind eben solche Übungen keine «Freiübungen» mehr. Einige, speziell zusammengestellte Formen für das Schulzimmer wirkten erfrischend und sogar belustigend. Ich bin fest davon überzeugt, dass alle Beteiligten daraus Nutzen gezogen haben. Ich wage es sogar soweit zu gehen, dass von einem gewissen Bedürfnis gesprochen werden darf.

Der Stufe entsprechend konnten die einzelnen Disziplinen nicht so scharf gegeneinander abgegrenzt werden, sie waren vielmehr miteinander verflochten. Durch die vermehrte Übungsgelegenheit sind auf allen Gebieten grössere Fortschritte zu verzeichnen, als bei dem bisherigen «Normalbetrieb». Die kürzere, aber intensivere Arbeit in rascher Folge fördert das Können enorm. Gerade das Kind auf der zweiten Stufe wird so zu einem maximalen Einsatz veranlasst, ohne dabei allzu sehr zu ermüden. Es bekommt nie zu viel, ja vielfach nicht mal genug, so dass immer wieder Appetit herrscht. An drei Tagen musste es sogar die grosse Pause an die Lektion abtreten. Ich habe aber nie bemerkt, dass es diesen Tausch ungern eingegangen wäre.

Zusammenfassung: Die tägliche Lektion, noch besser die tägliche Turnstunde entspricht bestimmt einem Bedürfnis und hat sich während der Zeit des Versuches bewährt. Sie ist ein belebendes Element, fördert das Können und damit bestimmt auch die Freude. Sie verlangt glücklicherweise auch vom Lehrer eine konzentrierte Arbeit und veranlasst ihn zu einem aufbauenden Turnunterricht. Selbstverständlich bringt sie auch Umtriebe mit sich; aber ich denke, dass das

Arztbesuche in vermehrter Masse auch tun. Gerade das Rücksichtnehmen in und um das Schulhaus während des Unterrichts anderer Klassen schadet gewiss keinem Kind. Ein etwas flinkerer An- und Ausziehen ist auch dem Kind, nach einiger Übung, willkommen. Die Klasse war vor einem Jahr disziplinarisch äusserst schwierig. Ich schreibe meinen Erfolg in bezug auf Disziplin und Einordnen nicht zuletzt der täglichen Übung zu. Hier zeigt sich ein Mitmachen, ein Überwinden der sonst starken Passivität, wie sonst in keinem Fach.

Ich habe absichtlich die Stundenplanstunde in Turnen und Singen getrennt. Beide Fächer kamen so zu einer sich ergänzenden Wirkung.

Mindestens in diesem Umfang müsste die tägliche Bewegungslektion unbedingt bleiben!

E. F.

Pausenhofgeräte

Mit besorgtem Blick beobachten Fachleute und Laien die überaus negative Entwicklung des Schulsportwesens, das in den Nachkriegsjahren so bedenkliche Formen angenommen hat, dass man heute schon von einem Notstand im Schulsport zu sprechen geneigt ist. Der Vitalitätsverlust unserer Jugend, so warnte kürzlich Dr. Franz Lotz, Direktor des Instituts für Leibesübungen der Universität Würzburg, erfolge in so bestürzender Schnelligkeit,

dass eine physische Katastrophe des deutschen Volkes nicht aufzuhalten sei, wenn jetzt nicht entschlossen Lösungen im Schulsport angesteuert würden.

Diesen Mißstand deutlich vor Augen, trafen sich kürzlich laut «Allg. Zeitung», Ulzen, die Fachberater für Schulsport zu einer planmässigen Arbeitstagung. Diesem Mißstand abzuweichen, hat man eine «Aktion Pausenhofgeräte» ins Leben gerufen, die auf allen Schulhöfen die Aufstellung von Geräten, wie man sie von Kinderspielflächen kennt, vorsieht, um damit die Kinder während der Pausen zu einer zusätzlichen körperlichen Betätigung zu reizen. Man hat nämlich herausgefunden, dass mit Pausenhofgeräten mehr Positives erreicht werden kann als in den planmässigen Schulsportstunden. Nach Möglichkeit sollen alle Schulen mit diesen Geräten ausgestattet werden.

Wie steht's mit Ihrer Gesundheit?

Ich bitte Sie,

sorgen Sie sich doch für diesen Leib
mit anhaltender Treue.

Die Seele muss nun einmal
durch diese Augen sehen,
und wenn sie trüb sind,
so ist's in der ganzen Welt

Regenwetter.

Goethe