

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

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 21 (1964)

**Heft:** 1

**Rubrik:** Mitteilungen

### **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:** 14.02.2026

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

führt den Leiter zu einer exakteren Beobachtung seiner Schützlinge und  
klärt vor allem die Ausgangslage für eine sinnvolle Aufbauarbeit.  
Was der Test nicht sein will und sein kann: allein richtig, umfassend und unbeschränkt gültig.

Wir sind uns der Unvollkommenheit und der Problematik solcher Bewertungssysteme bewusst. Viele andere Übungen könnten ebenso gut verwendet werden und eine andere Bewertungsskala wäre durchaus denkbar.

Aber: es ist ein Anfang! eine Anregung, ein Ansporn unsere Arbeit weiter zu vertiefen und zu bereichern. Spezialtests für Läufer, Springer und Werfer für unsere Spitzenathleten sind in Bearbeitung.

Die meisten Übungen können in Gruppen durchgeführt werden, was Zeitersparnis bedeutet. Wo noch keine Scheibenhanteln vorhanden sind, können Ausgleichsübungen eingeschaltet werden. Schwedenkasten können durch Tische ersetzt werden. Wo ein guter Wille regiert und eine lebhaft Phantasie tätig ist, werden kleinere Schwierigkeiten spielend überwunden. Was kann ich eigentlich? was fehlt mir noch? Diese Fragen muss sich der Aktive immer wieder stellen, bevor er mit dem Training beginnt.

Wir hoffen, dass dieser Test, entstanden aus den Erfahrungen unserer Disziplinchefs und aus Testproben mit Spitzenathleten, nun überall in den LA-Riegen unserer Turnvereine angewendet wird. Wenn wir damit vielen Leiterkameraden dienen können, freut es uns.

## Helvetisches Mosaik

### Turnstunde fällt als Strafe aus

Eine Mutter schreibt der NZZ:

Wie katastrophal es um den Turnunterricht an den hiesigen Primarschulen steht, kann ich als Mutter von zwei in die 3. und 5. Klasse gehenden Kindern ein Liedlein singen. Ich habe deswegen im November 1961 mit dem Präsidenten der zuständigen Kreisschulpflege korrespondiert und ihn darauf aufmerksam gemacht, dass nicht nur die Art des Turnbetriebes, sondern die Durchführung überhaupt viel zu wünschen übrig lässt. Die zwei im Stundenplan vermerkten Turnstunden sind meines Erachtens schon längst nicht mehr genügend, um dem von S. Hoffmann genannten «Haltungszerfall» wirksam zu steuern. Um so schlimmer ist es, wenn die zwei wenigen Stunden nicht einmal wirklich abgehalten werden, sondern das Belegen der Turnhalle durch Militär, Eidgenössische Postverwaltung, Samariterübungen usw. den Turnunterricht einfach während Wochen pro Jahr verunmöglichen. Ferner halte ich es für sehr bedauerlich, dass eine Turnstunde aus disziplinarischen Gründen ausfällt, also als Strafe für ein im übrigen Unterricht begangenes Vergehen oder weil intensiv an irgendeiner Examenaufführung «gearbeitet» wird und man deshalb «keine Zeit» für das Turnen hat. Auch die durch Krankheit oder Abwesenheit der Lehrkraft ausgefallenen Turnstunden werden nie nachgeholt, während dies für versäumte Rechen- und Sprachstunden als selbstverständlich gilt.

In Anbetracht dessen, dass ein Versuch, wie ihn der Kanton Aargau mit einer halbstündigen Turnstunde pro Tag durchführte, in Zürich wohl kaum in absehbarer Zeit verwirklicht werden kann, möchte ich eine Massnahme vorschlagen, die mit nur geringen organisatorischen Schwierigkeiten zu kämpfen hätte und ohne lange Vorbereitungen sozusagen von heute auf morgen realisiert werden könnte: Im Anschluss an eine Hauptpause stellen sich sämtliche Schüler nach einer

bestimmten Ordnung im Schulhof auf. Ein Turnlehrer leitet während zehn Minuten ein Lockerungs- und Freiübungsprogramm, das täglich variiert werden kann, während die Lehrkräfte die Kinder überwachen, damit jedes gezwungen wird, nach besten Kräften mitzumachen. Bei ausgesprochen schlechtem Wetter liesse sich vielleicht das Turnprogramm etagenweise in den Gängen durchführen, denn das Wesentliche dieser Art von Turnen liegt wohl in seiner unbedingten Regelmässigkeit.

Die Antwort des Schulkreispräsidenten war insofern erfreulich, als auch er betonte, dass sich die Schulbehörde über das Ungenügen des heutigen Schulturnens bewusst sei. Er schrieb unter anderem wörtlich: «Unser neuer Leiter des städtischen Turn- und Sportamtes gibt sich grosse Mühe, mittels Turnkursen und Aufklärungsarbeit unsere Lehrerschaft zu einem turngerechten Unterricht zu erziehen. Er hat es auch unternommen, neue Wege in der Aufteilung des Turnunterrichtes zu beschreiten, doch sind seine Vorlagen, die durch die Zentralschulpflege beschlossen werden müssen, noch nicht so weit. Ein einzelner Schulkreis kann keine Änderung treffen, da wir an die Vorschriften und Reglemente gebunden sind. Wir werden uns jedoch Mühe geben, die neuen Bestrebungen voll zu unterstützen.»

Leider sind seither weitere achtzehn Monate verstrichen, ohne dass eine Änderung eingetreten wäre. Es wäre zu begrüssen, wenn in Zürich wenigstens ein Schulhaus oder ein Schulkreis den Versuch der kurzen täglichen Körperschulung wagte, um die notwendigen Erfahrungen zu sammeln. Vielleicht tritt dann eine Verbesserung der Verhältnisse ein, noch bevor unsere heutigen Kinder ihre Kinder in die Schule schicken.

### Bern startete auch einen Versuch

Vor zwei Jahren wurden im Kanton Aargau Versuche mit der täglichen Bewegungslektion unternommen, die nach einer ersten Periode weiterlaufen.

Auf Initiative von Turninspektor Fritz Fankhauser kam der Stein nun auch im Kanton Bern ins Rollen, hat doch die Erziehungsdirektion zu einem Vorschlag des kantonalen Turninspektorats für die Durchführung eines ersten Versuches spontan ihr Einverständnis erklärt. Erfreulicherweise stellten sich auch die Schulinspektoren positiv dazu ein, so dass die Vorarbeiten an die Hand genommen werden können.

Auf freiwilliger Basis und in kleinem Umfang wurde in einzelnen Klassen oder Schulen des ganzen Kantonsgebiets im laufenden Schuljahr erstmals die tägliche Turnlektion eingeführt.

Diese Neuerung liegt innerhalb der gesetzlichen Grundlagen, die pro Woche drei Turnstunden vorsehen, die beliebig angesetzt werden können, also auch in 6 Lektionen zu 30 Minuten oder in vier halbstündigen und einer ganzstündigen Lektion.

Mehr als 30 Lehrkräfte aus allen Landesteilen des Bernbietes hatten sich bereit erklärt, an diesem ersten Versuch mitzuwirken, wobei erfreulicherweise sowohl Stadt- wie auch Landschulen, Primar- und Sekundarschulen aller Stufen beteiligt sind.

Im Verlaufe des Jahres werden die beteiligten Lehrkräfte ihre Erfahrungen austauschen, und es ist vom Turninspektorat aus vorgesehen, die Versuche mit der täglichen Turnlektion über das laufende Schuljahr hinaus fortzusetzen, eventuell sogar mit einer grösseren Anzahl von Klassen. Jedenfalls ist es erfreulich festzustellen, wie positiv in gewissen Kreisen die Neuerung aufgenommen wurde und dass eine ganze Reihe von Lehrerinnen und Lehrern in bernischen Gemeinden im Einverständnis mit ihrer Schulkommission gewillt sind, sich allen Widerständen zum Trotze für eine gute Sache einzusetzen, auch wenn der Anfang nicht immer leicht sein sollte.

# Stens Sport-Palette

## Das Herz eines Schwerarbeiters

Russische Sportmediziner berechneten, dass bei einem Skilanglauf über 10 km das Herz eines Konkurrenten nicht weniger als 35 Tonnen Blut pumpe. Das entspricht etwa dem Inhalt von zwei Zisternenwagen!

## Strapaziöses Zuschauen

(spg) Teilhaber der arteriellen Hochkonjunktur, das heisst Leute mit hohem Blutdruck, die sich als Sportzuschauer oder als Fernsehsportler betätigen, werden gut beraten sein, wenn sie folgender Pressemeldung des «Stern-Hamburg» Beachtung schenken:

«Sportzuschauer, Wissenschaftler der Universität des amerikanischen Bundesstaates Nebraska haben mit dem alten Aberglauben aufgeräumt, dass aktiver Sport mehr strapaziere als das Zusehen. Mit Hilfe von Elektrokardiogramme bewiesen die Mediziner: Bei dramatischen Szenen auf dem Spielfeld kann der Puls der Zuschauer von normalerweise 75 Schlägen auf 145 Schlägen pro Minute steigen.»

## Ohne Schwimmen keine Promotion

Wer nicht schwimmen kann, wird, so berichtet Lise-lott Diem, zu keiner akademischen Prüfung zugelassen. In Yale kann also kein Nichtschwimmer promovieren. Wer würde wagen in der Bundesrepublik eine solche Forderung auszusprechen. Die menschliche Bildung aber umfasst mehr als nur das intellektuelle Leben.

## «Da braucht sich keiner zu genieren!»

Uns sind alkoholfreie Gäste ebenso lieb wie die andern, und wir führen darum auch eine grosse Auswahl von Getränken speziell für sie», lautet der Anfang eines Inserates des «Restaurant zum Lällekönig», Basel, im «Baslerstab». Wir erwähnen dieses erfreuliche Beispiel, weil es auch heute noch trotz grosser Zunahme des Konsums alkoholfreier Getränke und trotz den veränderten Lebensumständen, die vielfach alkoholfreie Getränke verlangen, oft vorkommt, dass man in verschiedenen Restaurants scheel angesehen und nachlässig bedient wird, wenn man alkoholfrei bestellt. Wann verschwindet wohl dieser Anachronismus?

## ... geht der Mund über

### Figuerola mit dem «königlichen Leben»

Kubas neue Sprinterhoffnung, Enrique Figuerola, bekannt geworden vor allen Dingen durch den umstrittenen Sieg über Alfred Hebauf in Tokio, wurde von der Pariser «L'Equipe» interviewt. Der Kubaner ist Student der Elektrizität in Havanna. «Bei Fidel Castro führe ich ein königliches Leben. Für mich ist alles umsonst und ich kann nach Herzenslust trainieren», war das Bekenntnis des kubanischen Sprinters.

## Spitzensportler trotz allem

Charly Black schreibt in der Schweizerischen Turnzeitung:

Walter Zuberbühler ist Inhaber der Weitsprung-Saisonbestleistung mit 7,49 m. Das wäre an und für sich nichts besonderes. Zuberbühler hat aber mit einem Handicap fertig zu werden, das im Weitsprung ganz speziell schwer wiegt: er besitzt nur noch ein Auge! Als Knabe verlor er beim Basteln ein Augenlicht, als

seine Eltern im Spital lagen. Heute ist der 21jährige Lehrer eine wichtige Stütze seiner Eltern, die, von schweren Krankheiten betroffen, auf die Mithilfe ihres fürsorglichen Sohnes angewiesen sind. Hut ab vor einem solchen Athleten, der das Leben derart meistert.

## Volleyball — immer populärer

Das Argument, Volleyball sei nur ein Spiel für höhere Töchter, haben schon die Amerikaner seit langem entkräftet. Nur eine Handvoll Sportarten gehören zum Ausbildungsprogramm der amerikanischen Marine und Luftwaffe, darunter auch Volleyball. Längst ist dieses Spiel zu einem der populärsten in der Welt geworden. Dem internationalen Verband sind mehr als achtzig Länder angeschlossen und in diesem Punkte wird er nur vom Fussballsport und Basketball übertroffen. Rund 45 Millionen Menschen, so kann man in der «Frankfurter Allgemeinen Zeitung» lesen, spielen auf der Welt Volleyball, und fünfstellige Zuschauerzahlen sind in manchen asiatischen Ländern, in vielen osteuropäischen Nationen und vor allem in den Vereinigten Staaten durchaus keine Seltenheit. Für die grossen Bewegungen in Ungarn, Russland oder der Tschechoslowakei sind die meisten Hallen zu klein. Bei uns ist man hingegen der Ansicht, Volleyball sei nur ein Sport für betätigungsfreudige Manager mit rundlichen Bäuchen.

## Finanzielle Katastrophe !

Als im Meistercup dem FC Zürich in Rom durch Losentscheid der Sieg zugesprochen wurde, erklärte der Clubsekretär der Türken, Turgan Ece: «Ich habe auch nach der Zürcher Führung an einen Erfolg geglaubt. Und jetzt dieser Losentscheid! Für uns bedeutet er eine finanzielle Katastrophe.»

Bei gesunden Verhältnissen wäre es lediglich ein verlorenes Spiel, nicht mehr.

## Ein wertvoller Vorstoss

Der bekannte Orientierungslauf-Fachmann und Journalist Roman Bussmann hat mit einigen Gleichgesinnten dem Regierungsrat von Luzern eine Motion über den Ausbau des Turn- und Sportunterrichts im Kanton Luzern eingereicht. Hier der Wortlaut:

Der Regierungsrat wird eingeladen, die körperliche Ausbildung der Luzerner Jugend durch folgende Massnahmen zu fördern:

1. Sukzessive Erhöhung der Zahl der Turnstunden mit dem Ziel der täglichen Turnstunde für Knaben und Mädchen. Solange geeignete Hallen fehlen, sind die zusätzlichen Turnstunden als Sportstunden für Skifahren, Leichtathletik, Schwimmen, Orientierungslauf und Ballspiele im Freien durchzuführen.
2. Drei Turnstunden ab sofort in den oberen Klassen der Kantonsschule.
3. Obligatorischer Sportnachmittag pro Monat.
4. Beschleunigung des Turnhallebaues durch vermehrte Subventionen.
5. Verstärkte Ausbildung von Turn- und Sportlehrern im Haupt- und Nebenamt, die auch den Vereinen zur Verfügung stehen.
6. Sportunterricht für Lehrlinge in Verbindung mit Berufsschulen, Firmen und Vereinen, eventuell auf freiwilliger Basis, wobei der Kanton Lehrkräfte stellen oder entschädigen würde.

Solche Massnahmen wären noch vielerorts in unserem Lande nötig.