

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule
Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 44 (1987)

Heft: 8

Artikel: Sind drei Stunden genug?

Autor: Altorfer, Hans

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992755>

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: 16.01.2026

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



Vom menschlichen Körper als Zugang zur Natur

Heinz Keller, Direktor ETS

Die meisten Menschen kennen dieses beklemmende Gefühl der Erregung, der Nervosität und der Schlaflosigkeit in der Nacht vor einem wichtigen Ereignis. Der gesamte Körper scheint ein grosser Herzmuskel zu werden. Der gesteigerte Pulsschlag wird von aussen sicht- und messbar. Wer Sport treibt, kämpft vor entsprechenden Meisterschaften, anspruchsvollen Touren oder beängstigenden, erstmaligen Übungsteilen ebenfalls gegen diesen sonderbaren Zustand. Die Emotionen fordern ihren körperlichen Vor-Tribut.

Ob wir wollen oder nicht, wir müssen uns im Sport – vor, während und nachher – mit unserem Körper beschäftigen, vielfältig. Wir lernen ihn kennen, ihn verstehen: Was ist erhöhter Puls? Was ist Schweiß? Warum lässt die Genauigkeit meiner Bewegung nach? Weshalb ermüde ich? Warum gelingt mir die Drehung nach links besser? ... ?

Ein Bündel von Fragen über unseren Körper. Eigentlich sind es aber Fragen über unsere ureigenste Natur. Der menschliche Körper ist wohl die «Nahtstelle», unser Repräsentant in der Natur. Wenn es uns nun gelingt, auf diese Fragen zu antworten, entwickeln wir Wissen über unsere «eigene Natur»! Wissen über die Natur, *Leben in der Natur, Respekt vor der Natur* könnte eine pädagogische Kette sein.

Wenn es uns gelingt, den jungen, sporttreibenden Menschen davon zu überzeugen, dass Sauberkeit, Pflege und Sorgfalt gegenüber unserem Körper, «unsere eigene Natur», notwendig sind, dass Kenntnisse in Physiologie, Anatomie, Trainingslehre das Verhalten gegenüber unserem Körper verfeinern –, dann wird uns der Zugang zur Natur über unseren Körper verständlich: Wenn die Menschen die Natur und ihre Biologie kennen, wenn sie in und mit dieser Natur leben würden, wäre ein Aufbau von Achtung und Respekt ein natürlicher Prozess. Es stellt sich eigentlich nur die Frage, ob wir Leiter und Lehrer des Sportes die Fähigkeit besitzen, zumindest im Sport diese Achtung und diesen Respekt aufzubauen.

Sind drei Stunden genug?

Hans Altorfer

Seit einigen Jahren konnten wir jeweils ausländischen Besuchern stolz verkünden: Bei uns erhalten alle Schüler, gleich welcher Stufe, drei Stunden Sportunterricht. Nun steht dieses obligatorische Schulturnen wieder einmal zur Diskussion. Die Fakten: Im Bundesgesetz zur Förderung von Turnen und Sport aus dem Jahre 1972 steht: «Die Kantone sorgen für ausreichenden Turn- und Sportunterricht in der Schule.»

Was «ausreichend» bedeutet, sagt das Gesetz nicht. Das steht dann in der tiefsten Stufe des Gesetzeswerkes, in der Verordnung, die der Bundesrat beschliesst und daher auch bedeutend leichter abzuändern ist. Dort heisst es: «An den Volks- und Mittelschulen sind in der Woche mindestens drei Stunden Turn- und Sportunterricht zu erteilen.»

Seit einigen Jahren hört und liest man viel über die sogenannte Aufgabenteilung zwischen Bund und Kantonen. In verschiedenen Bereichen wurden die öffentlichen Aufgaben neu geordnet. Als übergeordnete Zielsetzung wollte der Bundesrat die drei Stunden in der Verordnung belassen. Der Bund zahlt aber nichts an den Turn- und Sportunterricht der Volks- und Mittelschulen. Die Hoheit liegt in allen anderen Bereichen der Schule bei den Kantonen, die bei kleinsten Zeichen von Zentralisierung den eidgenössischen Schulvogt als Teufel an die Wand malen. Die Erziehungsdirektoren der Kantone wollten diese Art von Aufgabenteilung nicht akzeptieren. Das Geschäft liegt beim Bundesrat, der einen schwierigen Entscheid zu treffen hat.

Es geht also wieder einmal um Politik in Sachen Bildung, um handfeste Ansprüche von Macht und Finanzen. Um inhaltliche Zielsetzungen der Bildung geht es bei solchen Auseinandersetzungen leider selten. Dabei müssten sich doch alle fragen: Genügen eigentlich drei Stunden? Oder: Was sollten denn unsere Schüler

am Ende der Schulzeit können? Die Schule soll auf das Leben vorbereiten, auf die nach mittlerer Lebenserwartung noch verfügbaren rund 60 Jahre nach Abschluss der Schulzeit. Natürlich darf Fortbildung nicht nach der Schule abgeschlossen sondern muss ein immer währender Prozess sein. Aber gerade in sportlicher Ausbildung ist es später für verschiedene Fähigkeiten tatsächlich zu spät. Die Möglichkeit Bewegungen zu koordinieren, lernt man in ganz jungen Jahren oder dann nicht mehr.

Im Hinblick darauf in den etwa 60 Jahren nach der Schulzeit das Bewegungsbedürfnis befriedigen und die zunehmende Freizeit zum Teil auch mit Sport ausfüllen zu können, wäre es wünschenswert, wenn jeder Schüler, wie er auch lesen und rechnen lernt, einige ganz bestimmte Fertigkeiten erwerben müsste. Er sollte mit dem Spielgerät Nummer eins, dem Ball, umgehen können; er sollte die Elemente eines Rückschlagspiels beherrschen, er sollte schwimmen, skifahren oder langlaufen und velofahren können. Er sollte aber auch seinen Körper kennen lernen, nicht nur nach dem Anatomiebuch, sondern in der Bewegung und in der Leistung, seine Möglichkeiten und seine Grenzen. Das wäre übrigens ein nicht zu unterschätzender Beitrag zur Gesundheitserziehung oder zur Krankenvorsorge. Um diese Zielsetzungen zu erreichen, genügen natürlich die drei Stunden nicht. Dazu kommt, dass der Lehrer ohne gründliche Ausbildung im Sport und ohne eine grosse Begeisterung für den Unterricht, überfordert ist.

Angeichts der grossen Bildungsprobleme, ist diese Auseinandersetzung um die drei Stunden eigentlich eine lächerliche Angelegenheit. Man müsste über Stundenreduktion und Schulzeitverlängerung reden und über den Einsatz von Sportlehrern auch auf den unteren Stufen, aber auch von umfassender Lehrer-Fortbildung und Betreuung. Dies aber verhindern die politischen Sachzwänge. Darum muss man sich auch mit kleinen Schritten zufrieden geben. Die Aufgabe des Drei-Stunden-Obligatoriums wäre sicher einer zurück. ■