

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 21 (1935)  
**Heft:** 10: Turnunterricht I.

**Artikel:** Der Turnunterricht im Rahmen der Gesamterziehung  
**Autor:** Müller, Hugo  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-536547>

### **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>**

# Der Turnunterricht im Rahmen der Gesamterziehung

Die Geistesgeschichte der Menschheit ist vielfach eine Geschichte der Reaktionen. Wie oft schon wurde irgend eine schöne Idee, ein fruchtbarer Gedanke bis ins Extrem gesteigert und dadurch zur Unfruchtbarkeit verurteilt! Einer zu starken Bindung folgte häufig eine entsprechend starke Lösung, dem übertriebenen Individualismus die ebenso einseitige Betonung der Gemeinschaft, der „Blüte“ des Parlamentarismus die Diktatur.

Auch in der Geschichte der Leibesübungen haben wir Wellenberge und Wellentäler. Die Errungenschaften der modernen Kultur, besonders der Technik, schalteten die Körperkräfte immer mehr aus, und das Zeitalter des Intellektualismus glaubte ihrer vollends entraten zu können oder wenigstens ihre Tätigkeit auf ein Minimum reduzieren zu dürfen. Unzählige gingen darauf aus, jeder körperlichen Bewegung, Betätigung und Arbeit enthoben zu sein. Die verschiedensten Maschinen ersetzten die körperliche Arbeit, Eisenbahn, Strassenbahn, Flugzeug, Auto, Lift die körperliche Bewegung.

Die verheerenden Folgen blieben nicht aus. Die brachliegenden Körperkräfte wurden geschwächt. Viele waren den Anforderungen der Zeit und des Berufes nicht mehr gewachsen. Da sich der Mensch nur dann glücklich fühlt, wenn ihm die Möglichkeit geboten ist, seine Kräfte und Anlagen zu entfalten, so musste der Verlust körperlicher Kraft und Gesundheit, der auch die geistige Tätigkeit beeinträchtigt, eine unglückliche Stimmung auslösen. Da durch die „Hyperkultur“ die harmonische Auswirkung aller menschlichen Kräfte — oder doch wenigstens der wichtigsten — verunmöglicht war, kam eine gewisse Zivilisationsmüdigkeit, eine Art Kulturüberdruß und erhob den Ruf: „Zurück zur Natur.“ Diesem Ruf ist eine gewisse Berechtigung nicht abzusprechen. Wir verstehen

ihn aber nicht bloss im Sinne der Wandervögel und der Weekendbewegung, sondern auch im philosophischen Sinne: „Zurück zur menschlichen Natur“, die aus Seele und Leib besteht.

Wie jede Reaktion hat auch die Sportbewegung ins andere Extrem ausgeschlagen. Sie bekämpfte die Vernachlässigung des Körpers und verfiel der Vernachlässigung des Geistes. Unsere Aufgabe ist es nun, aus These und Antithese die richtige Synthese zu ziehen, Geist und Körper ihre Rechte zu wahren und zwar nicht als gegenseitigen Konkurrenten, sondern als Mitarbeiter an der grossen Lebensaufgabe.

Die körperliche Gesundheit ist eine grosse Gabe Gottes, um die wir in der Liturgie oft beten, wenn von der „salus mentis et corporis“, von der Gesundheit des Leibes und der Seele die Rede ist. Wenn wir der Jugend gegenüber diese Sorge vernachlässigen, laden wir eine grosse Schuld auf uns und sollen uns nicht wundern, wenn ganze Scharen Jugendlicher ins feindliche Lager abschwanken, weil man dort ihren Anforderungen entgegenkommt. Da die Jugend gerne übertreibt, stürzt sie sich mehr als nötig, oft zum Schaden ihrer Gesundheit, in die Sportbewegung hinein. Sie ist dann taub gegen die Warnungsrufe solcher, die auf ihre berechtigten Forderungen auch nicht hörten. Wenn ihr aber einer Halt gebietet, der ihr Verständnis entgegenbringt und ihr einräumt, was ihr gebührt, dann kann sie in den richtigen Schranken gehalten werden.

Das Turnen soll aber nicht bloss aus „pastoreller Klugheit“ in den Rahmen der Gesamterziehung hereinbezogen werden, indem man sich mit ihm abfindet wie mit einem „kleinern Uebel“; das Turnen leistet der Gesamterziehung so viele Dienste und

birgt so viele Werte, dass es von jedem Erzieher und Jugendfreund Förderung verdient und in der grossen Fächerfamilie nicht mehr wie ein Stiefkind behandelt werden soll. Diese Forderung wollen wir beweisen aus dem Wesen der Erziehung und der vierfachen Entwicklung, die unsere Schüler durchmachen und die zu fördern wir verpflichtet sind.

Mögen wir die Erziehung definieren als „die Summe jener Tätigkeiten, durch die der reife Mensch den unreifen zur Entwicklung seiner leiblichen und geistigen Kräfte und zur Selbständigkeit und Mündigkeit führt“, oder als „die fürsorgende, führende und bildende Einwirkung gereifter Menschen auf die Entwicklung werdender Menschen“, oder „als Anleitung, eine den Zeitanforderungen gewachsene Persönlichkeit zu werden“, in jedem Fall können wir Mittel und Aufgabe, Weg und Ziel der Erziehung kurz in die Worte fassen: richtige Lebensentfaltung und wahrer Lebensgenuss. Es sollen Menschen, Persönlichkeiten im vollen Sinne des Wortes herangebildet werden, Einzel- und Gesellschaftswesen, Kulturträger, die sich selber kultiviert haben. Wir umschreiben unser christliches Erziehungsideal folgendermassen: Anleitung und Unterstützung der Jugend, ihre physische, intellektuelle, ethische und religiöse Entwicklung so zu gestalten, dass durch eine möglichst allseitige Entfaltung der körperlichen, geistigen und sittlichen Kräfte der wahre Lebensgenuss und das eigentliche Lebensziel erreicht werden.

Die Jugend macht eine vierfache Entwicklung durch: eine körperliche, geistige (wissenschaftliche), ethische (Charakter) und sittlich-religiöse. Diese vier Gebiete greifen ineinander über, und es wäre verfehlt, dem Turnen bloss hygienische Wirkungen zuzuschreiben. Gewiss treten diese in den Vordergrund, wirken sich aber auch auf den

andern Gebieten vorteilhaft aus, besonders da sich jetzt der Begriff des Turnens erweitert hat, wofür ein Blick auf die Turnplätze oder ein Einblick in die „Eidgenössische Turnschule“ Zeugnis ablegt. Wir sehen da, dass wir nicht mehr das ehemalige steife Turnen haben, dass nicht mehr bloss an Geräten gearbeitet wird, sondern dass auch die Gymnastik, die Spiele und auf der höheren Stufe die Leichtathletik in Uebung kommen. Für alle Alters- und Entwicklungsstufen sind besondere Uebungen vorgesehen. Viele Gebiete, die früher dem Sport angehörten, sind ins Turnprogramm hereinbezogen worden, das dadurch eine sehr wertvolle Bereicherung erfahren hat. Wie für jedes andere Fach, so gilt auch vom Turnen der Grundsatz: „Nicht für die Schule, sondern fürs Leben lernen wir.“ Kinderspiele wird man als Erwachsener nicht mehr weiterpflegen, wohl aber manche Spiele und Leibesübungen, die zur Erhaltung der Gesundheit und mithin zur Förderung der Berufstüchtigkeit beitragen. Zudem wirkt sich — ausser etwa der Religionslehre — für die Schüler kein Schulfach sofort in solchem Masse aus, wie das Turnen, wo die Früchte nicht erst nach Jahren reifen, sondern oft schon am gleichen Tage.

Ueber den Einfluss des Turnens auf die körperliche Entwicklung sind nicht viele Worte zu verlieren. Wissenschaft und Erfahrung sprechen hier eine beredte Sprache. Es sei nur hingewiesen auf die heilsamen Folgen für das Muskel-, Knochen- und Nervensystem, die Auswirkungen auf Kreislauf, Atmung, Verdauung, Ausscheidung und auf die Drüsen mit innerer Sekretion. Man wird nicht mit Unrecht einwenden, dass körperliche Arbeit in frischer Luft ungefähr die gleichen Wirkungen erziele. Aber gerade durch den Schulbesuch und die Hausaufgaben werden die Kinder an solchen Arbeiten verhindert, abgesehen davon, dass vielen ohnehin die Gelegenheit dazu fehlte.

Ueberdies hätten die wenigsten jene Abwechslung bei den körperlichen Arbeiten, dass eine einseitige Ausbildung der einen und eine Verkümmern der andern Kräfte verhütet würde. Aus diesem Grunde ist auch für Bauernbuben das Turnen keineswegs überflüssig. Dass es auch für die Mädchen, die bei den heutigen Verhältnissen immer weniger Gelegenheit bekommen, im Freien zu arbeiten, zur unbedingten Notwendigkeit wird, ist selbstverständlich.

Die beständige Betonung der hygienischen Bedeutung des Schulturnens könnte auch zur Verurteilung und allmählichen Ausrottung des „Kanonen“-Züchterns beitragen, indem anhand der Statistik auf die gesundheitsschädlichen Folgen solcher Ausartung hingewiesen wird.

Turnen und Unterricht sind nicht zwei getrennte Gebiete. Früher schien vielen Lehrern die für das Turnen anberaumte Zeit ein unersetzlicher wissenschaftlicher Verlust zu sein. Heutzutage ist man hierin eines Bessern belehrt worden. Die durch die Turnübungen bewirkte Abspannung und Erholung verursacht eine gesteigerte geistige Aufnahmefähigkeit der Schüler, so dass der scheinbare Zeitverlust reichlich eingebracht wird.

Es sei hier auf interessante Erfahrungen im Ambulatorium der Berliner Chirurgischen Universitätsklinik hingewiesen, wo Dr. Bier auf einem Exerzierplatz eine Tagesanstalt eröffnete, die von 200 lungenkranken Kindern besucht wird, die als Heilmittel auch Unterricht in den Leibesübungen erhalten. Die Erfolge waren nach zwei Richtungen glänzend: Heilung von der Krankheit und geistige Entwicklung. Man stellte nämlich den Kindern während drei Wochentagen wissenschaftliche Lehrkräfte zur Verfügung. Es zeigte sich aber zur allgemeinen Ueberraschung, dass diese kranken und schwächlichen Kinder in drei Wochentagen genau das gleiche lernten, wie ihre gesunden Genossen in sechs Wochentagen. Der Aufenthalt und die stete Uebung in Licht und Luft macht sie um soviel geistig regsamer und aufnahmefähiger. (Dr. Diem in einem Vortrag anlässlich der Davoser wissenschaftlichen Sportwoche im Januar

1927). Damit wollen wir nun nicht etwa verlangen, dass man wöchentlich drei Tage lang turne, sondern nur sagen, dass die wenigen für das Turnen anberaumten Stunden dem Gesamtunterricht zugute kommen.

Dass das Turnen auch für die Charakterbildung heilsame Folgen hat oder wenigstens haben sollte, ist längst anerkannt. Geistesgegenwart, Ausdauer, Selbstvertrauen, Entschlusskraft, Kameradschaft werden bei Turnen und Spiel anerzogen, falls strenge Disziplin herrscht, die Spielregeln genau eingehalten werden und das Fairplay zur Ehrensache gemacht wird. Wie mancher armselige, bedauernswerte Mensch wäre kein Psychopath, wenn er mehr geturnt hätte! Die Zaghaftigkeit und Schüchternheit vieler Vorzugsschüler, ihre Unsicherheit im Auftreten, ist ein Mangel, der in mancher Hinsicht zu bedauern ist. Häufig sind sie auch schlechte Turner und selten auf dem Spielplatz zu sehen. Ob da nicht ein innerer Zusammenhang besteht? Wir wollen nicht behaupten, dass die Leibesübungen ein Universalmittel seien, die imstande wären, alle psychischen Hemmungen und seelischen Depressionen zu verscheuchen, wahres Selbstbewusstsein einzupflanzen und ein harmonisches Innenleben zu garantieren. Die Ursachen liegen oft viel tiefer. In vielen Fällen jedoch liesse sich sagen, was vom Engländer gilt: Wenn er fühlt, dass er zu verliebt ist, spielt er zwei Stunden Tennis und — ist „all right“.

Was die Vorteile des Turnens für die religiös-sittliche Entwicklung betrifft, sei hier der Kürze halber bloss auf Autoritäten, wie Schilgen, Toth, Bopp, Pfahler u. a. hingewiesen, die zugeben, dass in einem trainierten Körper genau so gut Unzucht wie Zucht wohnen könne, dass aber für jene, die die entscheidenden Entschlüsse zur Enthaltensamkeit einmal gefasst haben, die Leibesübungen in dreifacher Hinsicht Hilfe bieten, indem sie den Willen stählen, körperliche Ermüdungen verursachen und die Ge-



dankenwelt von gefährlichen Sphären ablenken. Auch lassen sich vom körperlichen Training, Wettspiel und Kampfpfeis fruchtbare Anwendungen auf das geistige Leben machen und belehrende und anregende Vergleiche ziehen.

Das Turnen übt also nicht bloss einen heilsamen Einfluss aus auf die körperliche

Entwicklung der Jugendlichen, sondern auch auf das geistige und sittliche Leben. Es hat mithin eine wichtige Stellung im Rahmen der Gesamterziehung und strebt nach dem Ideal:

*Mens sana in corpore sano.*

Sarnen.

*P. Hugo Müller, O. S. B.*

## Aus der Geschichte des schweizerischen Schulturnens

Das Schulturnen im heutigen Sinne geht in seinen Anfängen auf die Humanisten zurück. Das Studium der alten Schriftsteller führte sie auch zur Gymnastik, die sie aber mehr nur deklamatorisch empfahlen, als praktisch betrieben. In letzterer Beziehung geschah wohl am meisten am Hofe der Gonzaga in Mantua durch Vittorino da Veltre. Im Gefolge der vorausgegangenen Geistesströmungen fanden auch die Fragen der körperlichen Erziehung im XVIII. Jahrhundert besondere Aufmerksamkeit. Im Philantropin zu Schnepfenthal schuf G u t s M u t h s während eines halben Jahrhunderts die Grundlage für eine körperliche Jugenderziehung, deren Form allerdings auf die günstigen Verhältnisse in einer von Knaben begüterter Klassen besuchten Anstalt zugeschnitten war und sich nicht ohne weiteres auch für die im Werden begriffene Volksschule eignete. Zu einer allgemeinen Einführung der Leibesübungen als pädagogischer Massnahme mangelte vielfach noch die Einsicht in den Wert, und zudem stellten sich die kriegerischen Zeitläufe einer solchen Entwicklung entgegen. So fanden in unserem Lande die Bestrebungen eines Martin Planta in seiner Erziehungsanstalt in Marschlins, eines Minister Stäpfer zur Zeit der Helvetik, eines Clias wenig Anklang; auch Pestalozzi ging es mit seiner naturfremden Elementargymnastik nicht besser.

Mehr Verständnis erfuhr das vaterländische Werk J a h n s , der die Knaben, ab-

gelöst von der Schule, durch ein allgemeines Jugendturnen auf den Befreiungskrieg vorbereitete, nach Erreichung dieses direkten Zieles aber mit den Befürwortern des Turnens als pädagogischer Angelegenheit in Konflikt geriet. Durch die Verquickung mit politischen Fragen wurde die Turnbewegung in Deutschland dann während eines Vierteljahrhunderts unterbunden.

Aber gerade in jenen Jahren, da das Jahn'sche Werk in Deutschland immer heftiger angefochten wurde, fasste es in der Schweiz Fuss. Träger des Turnens war die studierende Jugend, die von den politischen Flüchtlingen aus Deutschland Anregung erhielt und von der die Leibesübungen in die Mittelschule und in die bürgerlichen Kreise übergingen. Im April 1832 erfolgte die Gründung des Eidgenössischen Turnvereins.

Dass die Verfechter der Leibesübungen sich bemühten, sie in die Volksschule einzubeziehen, ist leicht verständlich. Sie erblickten im Turnen eine notwendige Ergänzung der einseitig geistigen Bildung, und seine Pflege erschien in der Epoche des Wachstums von ganz besonderer Bedeutung für die harmonische Entwicklung. Auch durfte man damit rechnen, dass die Leibesübungen durch die Schule am sichersten in das Volk drangen. Bis die Einsicht in den Wert des Turnens aber durchbrach, bis sie namentlich auch bei der Landbevölkerung Platz griff, bis das Turnen