

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 21 (1935)  
**Heft:** 11: Turnunterricht II.

**Artikel:** Volkstanz  
**Autor:** Ziegler, Klara  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-537564>

### **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:** 03.04.2026

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

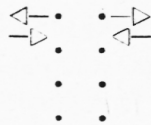
# Lehrerin und weibliche Erziehung

## Volkstanz

Nach dem Lied: „Giegeli, Giegeli Brotisbei.“ Aus „Liedli ab em Land“ (Heft 1) von Casimir Meister. Für Aufführungen mit grösseren Mädchen geeignet. Mindestens acht Mitwirkende. Tenue: Acht verschiedene Schweizertrachten. Mittleres Zeitmass wählen. Begleitung: Handorgel.

### 1. Strophe.

Aufstellen in 2 Reihen, je 2 gegenüber, Hände leicht auf die Hüfte gelegt: 3 federnde Nach-



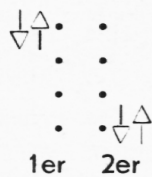
stellschritte rw., auf 4 (auf „— bei“) Schlusshupf.

3 Nachstellschritte vw., gegeneinander, auf 4 (auf „Bei“) Schlusshupf.

Die Gegenüberstehenden fassen die r. Hände. Abwechselnd 2 Tupfritte l., 2 r. sw. (bis „Tag“). Beide Hände leicht fassen, 7 Laufschriftchen im Ring l. herum, auf 8 (auf „mag“) Hände loslassen (am ursprünglichen Platz) leicht Kniewippen.

### 2. Strophe.

Hände auf die Hüfte gelegt: 4 Nachstellschritte sw., beim 4. (auf „— bei“) hüpfen l.,



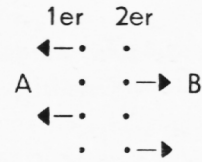
rechtes Bein l. sw. schwingen. Dasselbe nach r., auf den 4. Schritt Hupf r. und linkes Bein r. sw. schwingen.

Die Gegenüberstehenden fassen wie bei 1 die r. Hände. Alle 1er schreiten im 2-Takt, im Ring l. herum unter den gehobenen Armen durch. Nachher alle 2er dasselbe.

### 3. Strophe.

Die beiden Gegenüberstehenden die Hände kreuzend gefasst: 1. und 3. Paar gegen A rw., 2. und 4. Paar gegen B rw. in 4 Hopserhüpfen im 2-Takt, mit Knieheben. Zuerst hüpfen l. Körper-

gewicht rw. verlagern, Arme gestreckt, einander



leicht ziehend. — Die r. Arme ineinanderschlingen. 2 langsame Schrittwechsel l. herum im Rad, und zwar auf 2 Takte je 1 Schrittwechsel. Auf den 1. Takt blosser Nachstellschritt, erst auf den 2. Takt Bein vorstellen und dann wie beim Schreiten, Körper langsam durchziehen (bis „hei“). Dann rasch  $\frac{1}{2}$ -Drehung r., linke Arme ineinanderschlingen, dasselbe r. herum (bis „cha“).

Hände wieder kreuzend gefasst und in 4 Hopsershüpfen, wie vorher, gegen die Mitte an den Platz zurück. Auf den 5. Takt (auf „ha“) fassen alle 1er ihr Vis-à-vis bei den Hüften und heben es miteinander hoch (die 2er unterstützen das Heben durch hochhüpfen).

Hier wartet die Musik einen Augenblick, damit kein „Hasten“ entsteht.

### 4. Strophe.

Rasch zum Kreis zusammenkommen, Hände fassen: In 8 leichten Galoppupfen l. sw., auf den 8. (auf „bei“) Hände loslassen, hüpfen l. mit Unterschenkelschwingen r. rw. und Armschwingen vw. h.

Zu 2en gegeneinander kehren, Hände fassen: 1. Takt: 1 Nachstellschritt l. sw. (Partnerin r. sw.).



2. Takt: Schritt l. sw., hüpfen l. mit Unterschenkelschwingen r. hinten durch nach l. — Dasselbe nach r., gegengleich, dann Hände loslassen.

$\frac{1}{4}$ -Drehung auf dem l. Bein r. herum während einem Takt. Arme schwingen frei mit.  $\frac{1}{4}$ -Drehung auf dem r. Bein l. herum. Wieder Hände

fassen zu 2en. X. wiederholen. Dann rasch alle gegen Kreismitte drehen, Hände fassen: hüpfen l. mit Unterschenkelschwingen r. rw. — hüpfen r. mit Unterschenkelschwingen l. rw., Arme schwingen, jedesmal nach vorn.

Hände loslassen, hoher Schlusshupf mit Armschwingen vw. h.

**Einkehrtag der Sektion Aargau.** Es ist mein erster. Da ist ein ganzes Kapellchen voll Lehrerinnen. Fast alle sind älter als ich. Ich komme mir unerhört jung vor mitten unter dem Leuchten dieser Gesichter. — Aber ich habe mich weit aufgetan — aus Hunger und aus Freude. Der erste Vortrag beginnt: Da fällt urplötzlich die Frohheit des Glaubens in meine Seele: Es muss ein Glaubensgeheimnis geben. Dass es ist, ja, aber dass es sein muss, wusste ich noch nie so tief — es hätte doch auch irgendwie anders sein können. — Das Glaubensgeheimnis muss bestehen, weil Gott der Seiende ist und wir die Gewordenen. Der Glaube ist das Opfer des Geschöpfes an den Schöpfer. Darum ist das ignatianische Beten . . . nimm hin meine Freiheit . . . so gross. Darum ist der Glaube intensivste Gottverbundenheit! Darum ist der Glaube Freiheit! Noch viele „Darum“ leuchten auf. Gnade über Gnade!

Alle die reichen Dinge aus der Kirche, aus dem Beruf, aus der eigenen Seele, die noch an uns herangebracht wurden, überglänzte diese tiefe Freude! O, dass sie recht lange bleiben möchte! Damit die Kinder sie auch empfangen. — Ich bin sehr, sehr dankbar für diesen Tag und freue mich schon wieder auf den nächsten. Vielleicht dürfen wir dann noch eine Missa recitata halten?

Herznach.

H. Riner.

### Ferienegelegenheit für Lehrerinnen

Auch diesen Sommer öffnet uns das gastliche Töchterinstitut „Marienburg“ bei Wikon seine Tore wieder, um uns während der Ferienzeit an Leib und

Es ist darauf zu achten, dass bei sämtlichen Schrittarten der ganze Körper mitarbeitet und das Schwergewicht überall sorgfältig verlagert wird.

(Zusammengestellt für den Kath. Damenturnverein Bern, anlässlich des kath. Familienabends 1935 im Kasino.)

Bern.

Klara Ziegler.

Geist zu erfreuen und zu stärken. Besonders für Liturgiebeflissene dürfte die „Marienburg“ die einzige Gelegenheit in der Schweiz darstellen, nach Belieben an der Missa recitata, am Choralamt und benediktinischen Chorgebet tätigen Anteil nehmen zu dürfen. Man wende sich um nähere Auskunft an HH. P. Joachim Rüsche, O. S. B., Direktor, Institut „Marienburg“, Wikon-Luzern.

### Die Tagung für praktische Vereinsarbeit

Es ist ein glücklicher Wurf des Frauenbundes, dass er zu einem Kurs über praktische Vereinsarbeit aufruft.

Wie beleben wir unsere Vereine? Wie tragen wir die Gedanken der katholischen Aktion in dieselben hinein? Wie sammeln und schulen wir die Vereinsglieder zu einer gesinnungstreuen, arbeitsfreudigen Gemeinschaft? Auf diese Fragen will die Tagung eine Antwort erteilen, nicht so sehr in langatmigen Referaten, als in verständnisvoller, offener Aussprache. Insbesondere steht zur Aussprache die wichtige Frage der Gewinnung der Jugend für die zeitgemässe Vereinsarbeit. Jugendführerinnen, die mitten in der Bewegung stehen, werden wegweisend zu uns sprechen.

Da die Zahl der Teilnehmerinnen eine beschränkte sein wird und die Beteiligung stark zu sein verspricht, ist es ratsam, sich frühzeitig bei der Zentralstelle des Schweiz. katholischen Frauenbundes, Murbacherstr. Nr. 20, Luzern, zu melden.

---

# Volksschule

---

## Schwimmunterricht in der Schule

### Für die Praxis

Wassergewöhnungsübungen für die Unterstufe.

Es ist für das schüchterne Kind wesentlich, dass es sich nicht allein fühlt. Wir werden deshalb in der ersten Zeit die Klasse immer mit

gegenseitig gefassten Händen ins Wasser steigen lassen. Dadurch fühlt sich jedes mit der Gemeinschaft verbunden und empfindet die Nachbarn als Halt und Stütze. Die Aufstellung im Wasser sei so, dass sie der Lehrer leicht