

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 22 (1936)  
**Heft:** 21

**Artikel:** Turnen, Spiel und Sport bei den Mädchen : Vortrag  
**Autor:** Widmer, Elsie  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-539428>

#### **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:** 15.01.2026

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

# Lehrerin und weibliche Erziehung

## Turnen, Spiel und Sport bei den Mädchen\*

Wenn Pater Venhues in seinem Büchlein „Der Leib und sein Recht“ die Worte aus dem alten Testament aufgreift: „Es gibt keinen grössern Reichtum als den Reichtum eines gesunden Körpers, und keine Freude geht über den frohen Sinn des Herzens,“ so ist es wahrlich sehr alte Weisheit, wenn wir katholischen Erzieher dafür eintreten, daß auch das Mädchen seinen Körper pflege und erziehe, um ihn gesund zu erhalten. Und wenn der heilige Clemens schon im Urchristentum schreibt: „Man darf die Frau von der körperlichen Ertüchtigung nicht ausnehmen“, so ist es gerade dies christliche Wort, das wir katholische Erzieher erwägen und verwirklichen müssen. Wir müssen für die Körperertüchtigung des Mädchens sorgen, und das geschieht, wenn wir uns einsetzen für vernünftige, wohlüberlegte Körpererziehung, also für Turnen, Spiel und Sport. Dass gerade der Mädchen- und Frauenkörper diese Dinge notwendig braucht, ist zur Genüge von vielen Aerzten erklärt worden. Ich brauche daher kaum mehr zu berichten, wie wichtig es ist, dass durch die Körperschulung die Atmung vertieft wird, wie diese Atmung wiederum den Blutkreislauf fördert, so den ganzen Stoffumsatz, den ganzen menschlichen Organismus und alle seine Funktionen zum Guten beeinflusst und vor mancher Krankheit bewahrt. Wir wissen auch alle, dass das junge Mädchen gerade in seiner Längenwachstumsperiode und später in seiner Entwicklungszeit unbedingt Körperübungen braucht, um den beginnenden Haltungsanomalien vorzubeugen. Der Mädchenkörper muss schliesslich auch ertüchtigt und gesund er-

halten werden im Hinblick auf die Aufgaben der künftigen Mutter.

Es ist aber mehr als das, es ist mehr als die aufgezeigte Zweckhaftigkeit, die den Menschen unserer Zeit zu den Körperübungen drängt. Es liegt im Menschenkind und im Jugendlichen vor allem ein tatsächlicher Bewegungshunger, der gestillt werden muss. Dies gilt auch für die Mädchen, für die Schulpflichtigen und für die Berufstätigen. Der Ausgleich gegenüber der geistigen Beanspruchung und der Ausgleich gegenüber einer überbetonten gleichmässigen Ruhehaltung (z. B. Bürolistin an der Schreibmaschine) muss geschaffen werden. Haben Sie schon einmal beobachtet, mit welcher Freude die meisten Jugendlichen, die meisten jungen Berufstätigen sich den Körperübungen hingeben? Es ist bei den Mädchen schon bald nicht in erster Linie das Denken an Leistung (dies spielt nur bei den Jüngsten eine Rolle), es ist nicht Höchstleistung, die Antrieb wird; es ist einfach Freude an der Bewegung als solche, die das Mädchen mit soviel Begeisterung bei den Turnstunden und Turnabenden sein lässt. Dass diese frohe, wohltuende Körperschulung in Gemeinschaft geschehen kann, erhöht die Freude. Diese Freude an vernünftigem Körpertraining ist nicht etwa an irgend ein Alter gebunden; ich kenne 58jährige Frauen, die mit Begeisterung zur wöchentlichen Turnstunde kommen und diese als eine Wohltat empfinden. Es wird allerdings vom Gegner der Körpererziehung der Mädchen und Frauen der Einwand erhoben, es sei gescheiter, das Mädchen helfe zu Hause tüchtig mit, es solle wischen und blochen usf., das sei Bewegung genug. Dieser Einwand ist oberflächlich. Es ist längst erwiesen, dass bei der

\* Referat an der Tagung katholischer Erzieher in Schwyz, 9. August 1936.

sich stets mehr oder weniger gleichbleibenden Bewegung der Hausfrau und der verschiedenen Berufstätigen nicht alle Organe und Muskeln gleichmässig beansprucht werden, ja, dass einzelne überhaupt keine Arbeit zu verrichten haben und vollständig erschlaffen würden, wenn sie nicht in einer vernünftigen Körpererziehung immer wieder zur Tätigkeit gezwungen würden.

Die Körpererziehung beeinflusst nun aber nicht nur die körperlichen Funktionen; die leib-seelischen Wechselbeziehungen machen es ohne weiteres verständlich, dass sich die Körperschulung auch auf unser Seelenleben auswirkt. In der Bewegung als solche liegt etwas Befreiendes. Schwung, Lauf und Sprung wirken lösend auf körperliche Verkrampfungen; sie wirken aber auch in wohltuender Beeinflussung auf seelische Spannungen, sie wirken ablenkend und helfen sehr oft mit, innerlich verbogene und verkrampfte Menschen wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Es mag übertrieben klingen und ist doch so: Wenn wir unsere Glieder regen, schütteln wir viel Sorgen und quälende Gedanken von uns ab und kommen wieder zu einer innern Ruhe. Wir werden wieder froh und zum Guten aufgelegt, wie eine katholische Turnerin schrieb. Das ist gerade mit ein wichtiges Moment für die Erziehung der jungen Mädchen in den langen Jahren der Entwicklung mit ihren vielen Schwierigkeiten.

Mit diesen paar Hinweisen wollte ich kurz zeigen, wie der Arzt und der Psychologe sich für die Körpererziehung des Mädchens einsetzen.

Ob wir Katholiken die Körpererziehung der Mädchen ebenfalls befürworten sollen? Es gibt auch für uns nur ein eindeutiges Ja. Gott selbst hat uns unseren Körper gegeben. Er ist sein Geschenk, und jedes Gottesgeschenk achten wir und begegnen ihm mit Ehrfurcht. Dieser Körper ist uns zudem gegeben worden als Wohnung der von Gott so kostbar geschaffenen Seele. Er ist ihr

Schrein, im Sakramente der Taufe geheiligt und durch die heilige Eucharistie einbezogen in das Gnadenwirken Gottes. Dieser Leib wird von der Kirche gesegnet und soll einmal teilhaben an der ewigen Herrlichkeit. Es wäre unchristlich und unkatholisch, ihn zu missachten und ihm eine vernünftige Pflege vorzuenthalten. Nur darf selbstverständlich ob der Sorge um den Körper nicht etwa die Sorge um die Seele in zweite Linie gerückt werden. Der Christ bleibt sich immer bewusst, dass die Seele höher steht als der Leib und dass wir ihr selbstverständlich grösste Aufmerksamkeit schenken. Aber nicht eins ohne das andere, beides mit- und nebeneinander in der von Gott gewollten Ordnung. Das ist Körperkultur. Es wurde letztes Jahr die Frage diskutiert, ob wir eine katholische Körperkultur hätten, und die Antwort war ungefähr diese: Nur die Körperkultur, wie wir Katholiken sie anstreben, verdient den Namen „Körperkultur“, weil nur sie dem Körper die Stellung zuweist, die ihm gebührt, in Unterordnung des Leiblichen unter das Seelische. Alles andere, diese Ueberbetonung des Körperlichen, diese Vergottung des Körpers, ist nicht mehr Körperkultur, sondern Körperkult. Körperkult aber lehnen wir ab.

Die Körperkultur, wie wir sie für das Mädchen anstreben, ist eine vernünftige, die den Körper nie überanstrengen und übermüden darf. Vor allem aber ist sie gegründet auf Ehrfurcht. Diese Ehrfurcht schaltet alles aus, was der Seele als solche und was der Mädchen- und Frauenart im weiteren irgendwie Schädigung eintragen könnte. Diese Ehrfurcht vor dem Fraulichen veranlasst die Erzieherin, die körperlichen Uebungen für die Mädchen und Frauen mit Bedacht und Ueberlegung auszuwählen. Selbstverständlich bleibt der Hauptgrundsatz der heutigen Körpererziehung, der Grundsatz vom Wechsel zwischen Lockerung und Spannung, bestehen; auch das Mädchen macht seine Freiübungen (Körperschule), es läuft, es hüpf,

es überwindet Hindernisse, es wirft den Ball. Bei allem kommt es auf den gesunden Ablauf der Bewegung und dann auf deren Schönheit an. Die rhythmisch schöne Bewegung freut das Mädchen und deshalb werden rhythmische Uebungen eine grosse Rolle spielen. Ich möchte aber wiederholen: „rhythmische Uebungen“, nicht „rhythmische Gymnastik“ schlechthin. Es gibt nämlich als Auswirkung der rhythmischen Gymnastik die sog. Ausdrucksgymnastik; diese verlangt, dass der Körper hemmungslos in seiner Bewegung alles ausdrücke, was irgendwie in der Seele vorgeht. Unsere Ehrfurchtshaltung vor dem Recht des anderen auf sein eigenes Inneres heisst uns, diese Ausdrucksgymnastik ablehnen. Diese Ausdrucksgymnastik wird dann gerade dem Mädchen gefährlich dadurch, dass es sich dabei der Möglichkeiten, mit dem Körper zu wirken, also seiner körperlichen Reize, bewusst wird und diese Reize in ungesunder und verführerischer Weise ganz bewusst spielen lässt.

Die Ehrfurchtshaltung vor der Frau lässt den christlichen Erzieher auch erkennen, dass Turnen auf öffentlichen, allen Vorübergehenden zugänglichen Plätzen für das Mädchen Schaden bedeutet, weil es durch die Zuschauer wiederum zu sehr zu bewusster Körperbewegung aufgerufen wird. Und auch die Ehrfurcht vor der Seele des andern hält vom Turnen auf öffentlichen Plätzen ab, weil gerade diese öffentliche Gymnastik des weiblichen Geschlechtes vor allem dem männlichen Zuschauer zur Versuchung und zum Falle werden kann. Da wir Katholiken aber selbstverständlich niemals auf das herrliche, gesunde Turnen im Freien verzichten wollen, ist es unsere Pflicht, bei den Behörden dahin zu wirken, dass sie für den Turnunterricht Plätze zur Verfügung stellen, die der Öffentlichkeit entzogen sind.

Die Ehrfurcht vor dem Wesen der Frau lässt uns auch verstehen, warum Schauturnen und Wetturnen mit ihrer Öffentlichkeit und

ihren Rekordleistungen abzulehnen sind. Gefallsucht und Rekordsucht gehören nicht zu edlem Frauentum und feiner wahrer Mädchenart. Und schliesslich ist es auch Ehrfurchtshaltung, die dem bischöflichen Leitsatz zugrunde liegt „Der Turnunterricht der Mädchen soll von Lehrerinnen erteilt werden“. Ganz gewiss ist es gut, wenn in der allgemeinen Erziehung Mann und Frau (also Lehrer und Lehrerin) in einmütiger Zusammenarbeit wirken und wenn auch bei der Mädchenerziehung männlicher und weiblicher Einfluss sich geltend machen können. Aber die Körpererziehung macht eine grosse Ausnahme. Es ist etwas so ganz anderes, das geistige Miteinanderschaffen in einer Deutsch- oder Geschichtsstunde, als dieses Arbeiten mit dem Körper, dieses Kennenlernen des Körpers und seiner Bewegungsmöglichkeiten. Es ist doch das Körperbewusstsein, das stärker wird, und genau wie beim Schauturnen will eben das Mädchen, sobald der männliche Turnlehrer da ist, wirken, wenn der Turnlehrer selbst noch so zurückhaltend, ernst und väterlich ist. Ich habe diese Dinge in unseren Schulen zur Genüge beobachten können und habe gesehen, mit welcher aufreizenden Dreistigkeit unsere 14-Jährigen vor den Lehrern im Turnkleid vorbeidefilieren und sich bemerkbar machen. Es geht hier um Zurückhaltung; nein, es geht um mehr, es geht eigentlich um die Reinheit des Mädchens und der Frau, und darum gehört die Körpererziehung unbedingt in die Hände der Lehrerinnen und zwar der ernstgesinnten und verantwortungsbewussten Lehrerinnen. Ich bin in der Zeitschrift der schweizerischen Turnlehrer „Körpererziehung“ dieser meiner festen Meinung wegen angegriffen worden; aber gerade Lehrer haben mir bestätigt, dass meine Ansicht vollauf begründet ist.

Ueber einwandfreie Turn-, Bade- und Sportkleider brauche ich nicht lange zu reden. Es ist einfach die Ehrfurchtshaltung vor uns und vor den andern, die uns Mäd-

chen und Frauen empfinden lassen muss, was schicklich und was abzulehnen ist. Dass Lehrer oder Gemeindebehörden das Mädchenturnkleid festlegen und bestimmen, ist ein Unding. Ich begreife die Mütter und Lehrerinnen nicht, die sich um diese Dinge nicht selber kümmern. Die Kleiderfrage wird von der christlichen Frau entschieden.

Hat nun Turnen und Sport der Mädchen etwas mit unserem Problem der Freizeit zu tun? Ganz gewiss, denn gerade in der Freizeit sucht der Mensch den Ausgleich zu dem, was ihm in der Arbeitszeit zu wenig geboten wird, was er entbehren muss. Da wir aber wissen, dass die katholische Auffassung von der Körperfunktion die richtige ist, da wir anderseits wissen, dass eine falsch verstandene Körpererziehung soviel Gefahren für Leib und Seele in sich birgt, müssen wir doch wohl dafür sorgen, dass unsere Jugend, die unbedingt Körpererziehung will, in jene richtige Körperfunktion hineingestellt werde und hineinwachse. Wie das zu geschehen hat? In erster Linie dadurch, dass wir gerade in unseren katholischen Kantonen dafür sorgen, dass in allen unseren Schulen der Pflege des Mädchenturnens vermehrte Aufmerksamkeit geschenkt werde. Bis jetzt bestehen darüber leider in nur wenig Kantonen gesetzliche Vorschriften, sodass der Bund bereits daran denkt, die Sache von sich aus in die Hand zu nehmen und den Turnunterricht der Mädchen nach seinen Plänen zu gestalten und vorzuschreiben. Es ist höchste Zeit, dass die Kantons- und Schulbehörden in Sachen Mädchenturnunterricht mehr tun. Katholische Eltern und Erzieher müssen den Antrieb geben, wenn sie wollen, dass die körperliche Erziehung auf katholischen Grundsätzen aufgebaut werde. Die Konferenz der H. H. schweizerischen Bischöfe hat dieses Jahr der Frage ebenfalls ihre Aufmerksamkeit geschenkt und wird sich darüber mit unseren grossen katholischen Organisationen in Verbindung setzen. An die katholischen Junglehrerinnen aber geht der Ap-

pell, diesem Problem ihre ganze Aufmerksamkeit zu schenken. Das ist ein Ruf, der nicht ungehört verhallen darf. Wir katholische Erzieherinnen dürfen uns nicht feige drücken, wenn es um diese Dinge geht. Unsere Jugend wünscht, dass wir ihr helfen. Sie äusserte sich selbst in diesen Worten: „Von neutralen Organisationen können wir nicht befriedigt sein, weil wir das Tiefste, was uns bewegt, zurückhalten müssten.“ Wir Erzieherinnen müssen an unserer eigenen körperlichen Erziehung arbeiten (durch Besuch von Kursen) und dabei die Augen offen haben und unser christliches Ideal der Körpererziehung nicht verlieren. So gerüstet stellen wir uns in den Dienst der körperlichen Erziehung der Mädchen als der künftigen Frauen und Mütter.

Ob wir für schulpflichtige Mädchen eigene Riegen gründen sollen? Ich bin persönlich dagegen, wenn nicht die örtlichen Verhältnisse es verlangen. Besser ist es, wir setzen uns ein für den obligatorischen Turnunterricht in der Schule selbst. Nur dort, wo neutrale oder ganz links stehende Turngruppen uns die Mädchen „abspenstig“ machen, ist die Gründung von Mädchenriegeln Notwendigkeit.

Viel wichtiger erscheint es mir, dass wir in unseren bereits bestehenden Jugendgruppen (Blauring, Weg, Arbeiterinnen) dafür sorgen, dass die Mädchen zur Körpererziehung, zum Sport die richtige Einstellung finden und dass ihnen in diesen Gruppen die Möglichkeit sportlicher Betätigung im Rahmen der Gesamterziehung zum kath. Menschen geboten wird. Das bedingt für die Führerinnen aller Jugendgruppen besondere Schulung; sie müssen mit den kath. Grundsätzen und bischöflichen Leitsätzen vertraut sein und müssen auch fähig sein, sich selbst ein ganz klares, ruhiges Urteil über diese und jene Sportart, diese und jene Übung zu fällen und die Einwände der jungen Mädchen zu widerlegen. Mit der theoretischen

Ausbildung der Führerinnen geht die praktische natürlich Hand in Hand. Wenn die Führerin es selbst nicht übernehmen kann, so muss irgend eine andere aus der Gruppe bestimmt werden, mit den jungen Mädchen zu wandern, zu sporteln, zu schwimmen, zu spielen. Dabei ist es gerade wichtig, dass die Führerin den Mädchen das schöne Spiel erstrebenswert mache, das fair play, das beherrschte Spiel, nicht jenes blinde Draufgängertum, nicht jenes burschikose Gehaben, das fälschlicherweise so gern mit „rassig“ bezeichnet wird und nichts anderes ist als Rücksichtslosigkeit. Schauen wir nur einmal, wie unsere Mädchen Völkerball spielen. Da liegt ein grosses Stück Arbeit für die Jugendführerin. Die Jugendführerin wird selbstverständlich einschlägige Literatur studieren (und sie sollte ihr in vermehrtem Masse zur Verfügung gestellt werden). Ich denke an die Schriften von E. Schneider-Winter, Dr. Steidle, Pater Venhues, Pater Lippert, Stählin u. a.

Für die Schulentlassenen, die keinen Turnunterricht mehr haben, muss selbstverständlich die Möglichkeit geschaffen werden, die Körperschulung nach christlichen Grundsätzen zu betreiben. Es müssen katholische Turngruppen entweder selbstständig oder als Sektion schon bestehender Jugendorganisationen gegründet werden, die aber nach dem Wunsch der H. H. Bischöfe immer in Zusammenarbeit mit dem Schweiz. kath. Turnerinnenverband stehen sollen, um Einheit und Durchschlagskraft zu erzielen. Es stellen sich Schwierigkeiten in den Weg: Mangel an passenden Räumlichkeiten, Mangel an Turnführerinnen und technischen Leiterinnen. Mit gutem Willen kann aber alles behoben werden; die katholische Lehrerin wird auch hier sich zur Verfügung stellen.

Die Turngruppen werden von Zeit zu Zeit auch wandern, im Sommer schwimmen, im Winter eislaufen und Ski fahren. Dabei muss auf billige Organisation bedacht genommen werden.

Eine Selbstverständlichkeit ist es, dass die katholische Turnerin immer mehr in das Verständnis der christlichen Körperkultur eingeführt werde. Turnen darf nicht Peripherie sein. Turnen muss eingebaut sein in die christliche Lebenshaltung. Wir besorgen diese Schulung in den Turngruppen durch Einschaltung einer kurzen Diskussionsrunde zwischen die Uebungen, in der dann irgend ein Problem, das die Turnerinnen interessiert und gleichzeitig grundsätzlich schult, behandelt wird. Wenn die erste Scheu überwunden ist, machen die Turnerinnen gerne mit und möchten diese Diskussionsrunden nicht mehr missen.

Wenn ich meine Ausführungen in ein paar Sätze zusammenfassen soll, so sind es folgende Forderungen:

1. Es kann niemals Sache des eidg. Militärdepartementes sein, über den Turnunterricht der Mädchen Bestimmungen zu erlassen. Immerhin bitten wir Behörden und Lehrerschaft der kath. Schweiz, ihre Aufmerksamkeit folgenden Aufgaben zuwenden:
  - a) einem guten, den bischöflichen Richtlinien entsprechenden Mädchenturnunterricht u. der Ausbildung weiblicher Turnlehrerinnen,
  - b) der Schaffung genügender Räumlichkeiten für den Turnbetrieb in Schule und Freizeit.
  - c) der Einrichtung von Sport- und Spielplätzen, die der Oeffentlichkeit nicht zugänglich sind.
2. Wir appellieren an die Junglehrerinnen, sich durch Erwerbung des Turnlehrerdiplomes in den Dienst des Mädchenturnunterrichtes zu stellen. Die Jugendführerinnen mögen sich durch Turnkurse befähigen, die Leitung von Riegen zu übernehmen.

Basel.

Elsie Widmer.