

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 24 (1938)  
**Heft:** 15: Körperkultur

**Artikel:** Sport und Mittelschule  
**Autor:** Baumgartner, Franz  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-536588>

### **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:** 13.01.2026

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

gefliegen ist und der Forstmann bereit steht mit Abwehrmassnahmen für das nächste Frassjahr. Er benennt die Frassarten, die in den Figuren dargestellt sind mit kennzeichnenden Namen, wie Löcherfrass, Plätzefrass, Fetzenfrass, Blattrippenfrass, Minierfrass usw.

Doch sind diese einzeln fressenden Insekten nicht so in die Augen fallend in ihrer Schädigung, wie jene, die in Gespinsten gesellige Mahlzeiten abhalten. Wenn etwa mehrere Familien zusammen auf dem gleichen Baume fressen, kann die Nährpflanze daran zu Grunde gehen.

Keine Vorsichtsmassnahme der Pflanzen ist so gründlich, dass nicht irgend ein Tier wieder ein Hintertürchen fände, sie zu benagen und zu benutzen. Selbst die wehrhafte Brennessel wird von den gesellig fres-

senden Raupen des kleinen Fuchs benagt, jetzt schon in der zweiten Sommergeneration. Die düstere Flügelunterseite wird ihn schützen, wenn er als Falter zu überwintern gedenkt. Unscheinbar verschwindet er im Winterversteck und schläft in den kommenden Frühling hinein.

In dieser Zeit wird die Beziehung der Tiere zu den Pflanzen wieder enger, nicht bloss einseitig zum Schaden der Gewächse. Bei der Fruchtreife wollen viele Mahlzeit halten und dienen dadurch unbewusst der Verbreitung der Art, von der sie leben. So dienen sie dem Streben aller Formen, einen möglichst grossen Energiestrom durch sie hindurchzuleiten! Doch sei diese Betrachtung auf den Vorherbst verschoben. . .

Rorschach.

Dr. Hans Weber.

---

# Mittelschule

---

## Sport und Mittelschule

10 Uhr. Uni-Bar.

Soeben hat der hübsche Jurist die erwartete Dulcinea eräugt und führt sie zum reservierten Plätzchen. Nun räkeln sie sich nebeneinander zurecht und sind bald mit regem Austausch von Wort und Blick beschäftigt. — Nebenan kaut ein bleicher Brillenträger sein Brötchen und sinnt in sein Kollegheft. Verzweifelt kraut er das Haupt: „Heute abend wird's wieder spät bei der ewigen Arbeitsüberlastung.“ — Da wird einem, der mit seiner Hautfarbe als Reklame für Hawaii-Crème dienen könnte, auf die Schulter geklopft und so sein Studium des „Sport“ gestört. „Salus, gib mir auch ein Blatt während der nächsten Vorlesung“, meint der Hinzugetretene. — Eine abgebleichte Gestalt erscheint am Eingang der Bar. „So, auch schon da? Immer noch durstig?“ „Bereits gelöscht! Und was das ‚schon da‘ betrifft, weisst du genau, dass ich

nicht einer von jenen bin, die meinen, man müsse die Alma mater verwöhnen und ihr jeden Tag und zu jeder Tageszeit flattieren; besonders nach solchen Strapazen wie gestern abend. 's war halt doch ein schönes Fest . . .“ — Es ist das tägliche Bild.

Die grundverschiedensten Typen finden sich an unseren Hochschulen. Jeder kann seinen Neigungen nachgehen, fast wie es ihm beliebt. Wir treffen da den Typ 1890 als den Vertreter des alten Burschentums; dort blüht der ewige Flirt; hier arbeitet einer, der nichts kennt als Wissenschaft und Theorie; auch der moderne Sportfanatiker lässt sich in den Hallen der Musen sehen. Und zwischen diese ausgeprägten Formen stellt sich die Unzahl der Zwischenglieder und Eklektiker. Es ist bestimmt von Gutem, dass wir diese Freiheit und diesen Individualismus noch haben, dass keine staatlichen Totalitätsansprüche die Akademiker bis

in die Freizeit hinein organisieren und gleichschalten. Aber trotzdem dürfen wir die Gefahren dieses Systems nicht übersehen.

In dieser Freiheit liegt auch eine Gefahr zweifacher Art für die sportliche Betätigung: Der eine sündigt durch Unterlassung, der andere durch Exzess. Sport aber ist für den Akademiker eine Notwendigkeit. Die Anforderungen des Studiums und vor allem des späteren Berufslebens verlangen einen leistungsfähigen Körper. Ich bin nun nicht der Ansicht, dass Sport an der Universität als Obligatorium eingeführt werden solle, es wäre auch kaum durchführbar. Aber die Studierenden sollten Verständnis und Interesse wie auch einen möglichst gut entwickelten Körper ins akademische Studium mitbringen. So stellt sich denn die Forderung eines Sportunterrichtes und einer Sport-erziehung an der Mittelschule als der Vorstufe der Hochschule.

Der Gymnasiast und der Akademiker bringen zehn und mehr Stunden des Tages sitzend zu, was nicht gerade einer gesunden „Lebenshaltung“ entspricht. Schon rein natürlich besteht das körperliche und seelische Bedürfnis nach Betätigung unseres ursprünglichen Wesens. In den untern Klassen setzt eine intensive Entwicklung des Körpers und des Geistes ein. Unwillkürlich bemerkt der Knabe das Wachsen seiner Kraft, er wird regsam; der erwachende Wille und Ehrgeiz findet als Betätigungsfeld die gymnastische Leistung, bevor das geistige Arbeitsgebiet Reiz und Lockung für ihn besitzt. So freut sich der Knabe an seinen „Kraftballen“; in überquellender Lebenslust misst er sich in Spiel und Wettkampf mit seinen Kameraden. Und es ist gut so! Denn durch sportliche Betätigung wird die gesamte Entwicklung des Körpers mächtig gefördert. — Ich spreche hier nicht von einseitigem Spezialtraining hinsichtlich einer Rekordleistung, das gerade im Entwicklungsalter gesundheitsschädliche Folgen zeitigen kann. — Nehmen wir als ideales Schulbei-

spiel das Schwimmen: Diese Sportart entwickelt gleichmässig alle Muskelgruppen, insbesondere den Schultergürtel. Der Wärmeentzug durch das kalte Wasser regt den Körper zur Bildung neuer Wärme und dadurch zu regerem Stoffwechsel an. Ein Bärenhunger ist die weitere Folge. Unsere Haut wird durch Sonne, Luft und Wasser abgehärtet, und dadurch vergrössert sich die Widerstandsfähigkeit gegen ansteckende Krankheiten. Die erhöhte Tätigkeit in den Geweben benötigt grössere Luftmengen, und so wird das Schwimmen zu bester Atemgymnastik. Die Lungen geübter Schwimmer weisen deshalb auch das grösste Luftfassungsvermögen auf. Die intensive Durchblutung der Gewebe bringt ausserdem lebhaftere Wachstumsreize und eine Stärkung des Herzens mit sich. So schafft der Sport, besonders in den Entwicklungsjahren, einen wertvollen Ausgleich zur nicht gerade gesunden Lebensweise des geistig Tätigen.

Doch nicht nur auf den Körper übt guter Sport seine gesunden Wirkungen aus, sondern auch auf die geistigen Fähigkeiten. Hier muss allerdings eine Unterscheidung gemacht werden. Solange Sport als reines Spiel und als Erholung betrieben wird, verlangt er lediglich ein wenig Gewandtheit und Aufmerksamkeit. Wo er aber Wettkampfcharakter annimmt und Leistung sein will, stellt er grosse Anforderungen an Sinne und Willen. Aufmerksamkeit wird Konzentration auf Start, Sprung und Wurf in der Leichtathletik, auf die Schussabgabe beim Schiessen, auf Hieb und Parade beim Fechten, auf Schlag und Gegenschlag beim Tennis. Blitzschnelles Erfassen und Reagieren ist erforderlich. Ein zäher Wille zum Durchhalten und Einsatzbereitschaft sind Grundbedingungen zu grossen Leistungen in jedem Gebiet, sei es nun Langlauf, Dauerlauf, Bergsport, Schwimmen oder Rudern. Auch Mut wird verlangt beim Turnen an Geräten, beim Reiten, bei Abfahrt, Springen und Alpinismus. Bei vielen Sportarten kommt zu

den übrigen Momenten wie Ausdauer, Einsatzbereitschaft und Konzentration noch das Taktische hinzu. Besonders geschieht das bei den Mannschaftsspielen. Nur ein planmässiges Spiel, das die Schwächen des Gegners erfasst und ausnützt, führt zu Erfolg. Auch der Charakter hat ein Wort mitzureden. Es muss vor allem zusammengespielt werden; jeder trägt bei zur gemeinsamen Leistung, und dies kann nur durch Unterordnung geschehen. Der bereitet vor, baut den Angriff auf, und ein anderer schliesst die Arbeit des ersten mit dem Erfolg ab. Der Erfolg ist meistens das Resultat des Zusammenwirkens einer ganzen Mannschaft. So beim Fussball, Handball, Land- und Eishockey; da zeigt sich, ob einer für den andern spielen kann oder nur für sich.

Etwas dürfen wir nicht übersehen: Die Wichtigkeit all dieser durch den Sport geförderten Eigenschaften für unsere schweizerische Armee. Gerade bei unserer kurzen Ausbildungszeit braucht es Soldaten und Offiziere, die durch Sport leistungsfähig und hart trainiert sind. Und wieder sind es die Mittelschüler, auf die sich ein Hauptaugenmerk richtet; denn sie sind ja durch ihre Bildung berufen zu späterer führender Tätigkeit in unserem Heer.

Manchem mag diese Befürwortung des Sportes unangebracht scheinen; denn er ist der Ansicht, dass ja heutzutage genug und übergenuß Sport getrieben werde. Und es wird auch genug Sport getrieben: Man denke nur an die überfüllten Badeanstalten, an die allüberall aufspriessenden Skihütten, an die Fussballplätze, die vor den kleinsten Dörfern nicht fehlen. Alle Schichten huldigen irgend einem Sport, ob Mann, ob Frau, arm oder reich, Arbeiter oder Student. Die Folge davon ist, wie Oberstlt. i. Gst. Dr. F. Nager feststellt, dass wir heute „eine Jugend und ein reifes Mannesalter haben, welche an Elastizität, Frische und körperlicher Leistungsfähigkeit frühern Generationen klar überlegen sind“.

Genug Sport findet man auch an den Mittelschulen, d. h., genug wenigstens quantitativ. Aber qualitativ wird mancherorts noch etliches gefehlt. Man sieht leider im Sport oft nur das Gesundheitsfördernde, und man begnügt sich damit, dem Körper gerade das zu geben, was des Körpers ist. Die Bedeutung des Sportes für die Charakter- und Willensbildung übersieht man zu sehr und vernachlässigt die Erziehung zum Sport, der dadurch nicht auf Höheres gerichtet wird und leicht entarten kann. Quantitativ genug Sport an den Mittelschulen will auch die Summe des ausgeübten Sportes bedeuten. Aber diese Summe verteilt sich sehr ungleichmässig auf alle Schüler. Da wird an Internaten und Klosterschulen noch etwas gesündigt. Wohl gibt man Turnunterricht, hält sich aber an ein Minimalprogramm. Mancherorts bleiben die zwei obersten Klassen vom Turnen weg. Der militär-turnerische Vorunterricht hat das Gute gebracht, dass wenigstens alle, die noch vor der Rekrutenschule stehen, an ihm teilnehmen müssen. Sonst aber überlässt man Spiel und Sport weitgehend dem Gutdünken des einzelnen, und es gibt viele, die davon ausgiebigen Gebrauch machen. Aber der Nachteil dieses Systems liegt darin, dass viele, besonders in den oberen Klassen, keinen oder nur ungenügenden Sport betreiben. Das trifft hauptsächlich jene, die den Sport am nötigsten haben: die körperlich Schwächern, denen ein vernünftiges Training Kraft und Widerstandsfähigkeit bringen würde, oder die Bequemen, die das ganze als Beschäftigung geistig Zurückgebliebener abtun, um so vor sich selbst in ungetrübtem Lichte bestehen zu können als die verschont Gebliebenen von diesem Wahn, der die Welt beherrscht. Oft sind es auch gerade die Besseren in der Schule, die ihren ganzen Idealismus auf geistige Arbeit konzentrieren und vermeintlich keine Zeit für Sport mehr übrig haben. Es wäre aufrichtig zu begrüßen, wenn auch an diesen Kollegien obligatorisches Turnen bis

zum Abschluss eingeführt würde. Ein Minimum von zwei Stunden in der Woche, wie dies z. B. an den zürcherischen Kantonsschulen der Fall ist, könnte genügen. Gerade an prächtig gelegenen Wintersportorten sollte dazu noch durch einen Fachlehrer, mindestens durch zwei Winter hindurch, obligatorischer Skiunterricht gegeben werden, damit j e d e r Schüler diesen vornehmen Sport einigermaßen beherrsche.

Solchen Forderungen werden natürlich viele Einwände entgegengehalten, ernsthafte und andere. Man wirft dem Sport ganz allgemein vor, er lenke von der Hauptaufgabe des Schülers ab, führe zu Rekordsucht und Eitelkeit und nicht zu selten sei in seinem Gefolge Mangel an Disziplin im einfachsten Benehmen zu finden. Dies alles sind Kennzeichen eines schlechten, ausgearteten Sportes. Gerade im Mittelschulalter ist die Gefahr der Ablenkung für den Knaben gross. Vorbehaltlos gibt er sich der einen oder andern Liebhaberei hin; der eine sammelt Marken, der andere zeichnet, ein dritter verschlingt Roman um Roman. Dass da der Sport eine grosse Anziehungskraft für den jungen Menschen besitzt, liegt auf der Hand. Und man darf wohl behaupten, es sei besser für den Schüler, er gebe sich mit ganzer Seele einem gesunden Sport hin, als einem andern, ungesunden Steckenpferd. Sport ohne Rekord ist undenkbar. Es liegt ja in der menschlichen Natur, Leistungen jeder Art zu steigern, das Beste und Höchste herauszubringen. Und gerade das Augenscheinliche der sportlichen Leistung, ihre Messbarkeit in absoluten Werten wie Sekunden und Meter, fordert geradezu heraus. Man spornt den Ehrgeiz der Schüler beim Unterricht auch an; warum also soll er sich nicht freuen, wenn er auf dem Gebiete körperlicher Tüchtigkeit seine Kameraden überflügelt? Die Gefahr beginnt erst da, wo der Schüler seinen ganzen Ehrgeiz in die sportliche Leistung setzt, wenn er den Unterricht vernachlässigt und meint, er könne seinem

Ehrgefühl durch Muskelkraft genüge tun und seine geistigen Misserfolge durch sportliche Grosstat wettmachen. Aber gerade der obligatorische Sportunterricht bietet die beste Handhabe zur Bekämpfung dieser zwei Uebel. Man kann den Sportbetrieb bewusst innerhalb der Schranken harmonischer Wesensentfaltung halten, und ohne die freizeitliche Betätigung zu unterbinden, ist es möglich, die guten Wirkungen des Sportes zu fördern, Selbstvertrauen und Rücksicht auf den Schwächern, Hilfsbereitschaft und Ritterlichkeit zu betonen. Durch die bessere Kontrolle kann man auftauchende Uebel, wie Ablenkung vom Studium und Rekordsucht, in ihren Anfängen ersticken, z.B. durch Einschränkung der sportlichen Tätigkeit in der Freizeit. Man verhindert, dass der Sport zum Selbstzweck wird, und wehrt damit auch seinen schlimmsten Folgen, wie Verrohung, Eitelkeit, Mangel an Disziplin. Guter Sport veredelt den Menschen, lehrt ihn Anstand im Siegen und im Besiegtwerden, neidlose Anerkennung fremder Leistung; und all das versteht man unter dem Begriff eines vollwertigen Sportmannes. Aber dazu braucht es Erziehung. Es ist eine dankbare Aufgabe für die Mittelschulen, den Schülern Verständnis und Freude für gesunden und guten Sport beizubringen; denn damit geben sie ihnen etwas bleibend Wertvolles für Körper und Geist mit ins akademische und berufliche Leben. Gerade an den Internaten der Innerschweiz mit dem klassischen Bildungsideal wäre doch die harmonische Entwicklung von Körper, Geist und Seele gegeben. Das griechische Gymnasium war die Stätte für alle körperlichen Uebungen; es enthielt die Palästra, das Ephebeon, Badeanlagen, den Xystos, die gedeckte Laufbahn, ein Stadion und daneben die Säle für die Vorlesungen der Rhetoren und Philosophen. Es wäre ja auch nichts Neues, wenn Mönche sich mit Sport und Turnen befassten (sie tun es ja heute mehr und mehr), hat doch schon im Jahre 500 n. Chr. der Mönch

Tamo ein Heil- und Gesundheitsturnen aufgezeichnet, — wenn schon er ein Buddhist war.

\*

Ich will das Schönste was ich zu sagen vermag nicht vergessen. Man nennt es einen Sport, doch es ist weit mehr. Alle Anforderungen wahren Sportes werden erfüllt: Ausdauer, Anspannung, Mut und zäher Wille. Doch alles ist nur Mittel. Auch Ehrgeiz tut nicht viel zur Sache. Nicht vom Sporte jener will ich reden, die zu zweit oder zehnt den Bergbahnen nachziehen, die möglichst oft die gleiche, abgefahrene Piste hinunterjagen oder Alpenrosen und Enziane der Voralpen lichten, sondern ich will reden vom Erlebnis dessen, der davon ergriffen wurde, der wortlos mit seinem Kameraden der Höhe zustrebt. Vielleicht hat er ein Blümlein am gebleichten Hut. Ob er Schritt für Schritt den mühsamen Pfad, Griff um

Griff am groben Grat sich aufwärts schafft, ob er stetig Ski um Ski vorwärts schiebt durch rieselnden Schnee empor zu leuchtenden Firnen, es ist, als ob er zur Erfüllung einer tiefsten Sehnsucht ginge. Schon wenn er wegrückt von den Niederungen in die Einsamkeit, erfasst es ihn. Doch am Ziele, wenn das Auge nicht mehr alles fassen kann, da überfällt es ihn, — vielleicht auch bricht's aus ihm heraus... Und still trägt er's zu Tal, wo es beim trübsten Wetter in ihm weiterblüht. — Er selber kann es nicht mit Namen nennen. Mag sein, es sei dem ähnlich, das in Erstaugust- und Schützenreden oft unbeholfen Ausdruck findet: die Liebe, sagt man, zum Vaterland, Verbundenheit mit Volk und Heimat. Möglich ist's; es kann auch Tieferes sein. Er braucht ja keinen Namen, da er es besitzt. Und jeder sollte es besitzen!

Zürich.

Franz Baumgartner.

---

## Umschau

---

### Unsere Toten

† *Mgr. Dr. Aloisius Scheiwiler, Bischof von St. Gallen*, ist am 20. Juli gestorben. Sein Heimgang ist auch für die geistlichen und weltlichen Erzieher und Erzieherinnen im ganzen Schweizerland ein schmerzlicher Verlust; denn der hohe Verstorbene hat einst als Rektor der Kantonsrealschule St. Gallen im praktischen Schulleben gestanden und als Bischof der Jugenderziehung sein liebevolles Interesse vielfach bekundet. Den katholischen Erzieherorganisationen und unserer „Schweizer Schule“ war er ein gütiger Förderer und Berater. Wiederholt äus-

serte er sich in unserer Zeitschrift begleitend zu christlichen Erziehungsaufgaben, und seine warmherzige Ansprache an der letzten Jahresversammlung des Kath. Lehrervereins der Schweiz in Appenzell steht noch in lebendiger Erinnerung.

Wir hoffen, dass das grosse Lebenswerk des seeleneifrigen Oberhirten, Erziehers und Arbeiterapostels aus seinem Mitarbeiterkreis in der Diözese für das nächste Heft eingehender gewürdigt werde. Gedenken wir des heimgegangenen Bischofs, dem wir so viel Dank schulden, in unserm Gebet!