

Zeitschrift: Schweizer Schule
Herausgeber: Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz
Band: 34 (1947)
Heft: 11

Artikel: Stützsprünge
Autor: G.H.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-532457>

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: 26.01.2026

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

stens ebenso lächerlich wie ich selber. Sorgen wir doch dafür, dass unsere Schüler zumindest auf Schulreisen auswendig singen. Ja, mehr! Sorgen wir dafür, dass sie überhaupt auswendig singen! Denn nur dieses Singen ist wirkliches Singen. Hüten wir uns vor der Angst, wir könnten dadurch unsren Kindern etwas zu viel zumuten. Jedes Schlagerlied, das sie zweimal am Radio gehört haben, grölen sie auswendig mit. Warum sollten sie dies bei unsren einfachen Volksliedern nicht auch können? Nach meiner Erfahrung bedeutet es für unsere Schüler keine Belastung, wenn man von ihnen pro Schuljahr etwa ein Dutzend Lieder mit 2—3 Strophen auswendig verlangt. Sie lernen das spielend. Ueberlassen wir doch die Blätter vorm Gesicht den »alten Eidgenossen«, wenn sie jahraus- und -ein ihre abgedroschenen Männerchorlieder-Uebungen als Vorwand dazu brauchen, am Abend einige Glas Bier trinken zu können.

Und zum zweiten: Der Dirigent. Ich habe mich schon oft gefragt, wozu eigentlich viele Kollegen sich eine solche Hundsmühe geben, vor ihren Schülern herumzufuchtern. (Ob ihnen das wohl einen Ersatz bieten muss für die nicht besuchten Uebungen des Lehrturnvereins?) Nützen tut es nämlich glatt nichts. Wie soll es auch? Die Schüler schauen ja doch ins Buch. Und jene, welche den Blick nicht ins Buch, sondern zum Lehrer richten, die tun dies nur darum, weil sie das Fuchtern und die Grimassen des Lehrers lustig finden. (Bitte, nachprüfen!) Nein, im Ernst! Welches ist denn die Aufgabe des Dirigenten? Er muss einen grossen Apparat — vielstimmiger Chor, Orchester — zusammenhalten, muss dafür sorgen, dass jede Stimme an der richtigen Stelle einsetzt, muss dynamische Gestaltung veranlassen. Das alles ist doch bei einem Volkslied ganz unnötig. Es gibt

hier keinen grossen Apparat; alle Stimmen beginnen gleichzeitig und singen den gleichen Text; dynamische Gestaltung, die über primitive Unterschiede zwischen den einzelnen Strophen hinausgeht, ist dem Volkslied wesensfremd. Darum weg mit dem Dirigieren! Volkslied braucht nur Verständigung über den Anfangston und über den Beginn, dann läuft es von selbst. Ueberlassen wir auch hier die dumme Meinung, man könne ohne Gefuchtel nicht singen, ruhig den unentwegten »Sängerbrüdern« (die der Tod alles wirklichen Singens sind).

Und zum dritten: Lieder-texte. Wäre es nicht möglich, etwas mehr wirkliche als bloss sogenannte Volkslieder zu singen? Und dann solche, die Volk und Schüler verstehen. Vielleicht wäre es sogar möglich, bei einigen häufig gesungenen Liedern einen Text einzusetzen, der dem heutigen Empfinden besser angepasst wäre. Ich denke da vor allem an »Wo Berge sich erheben«. Denn was bedeutet dies: »Der Fels hat als Aegide«? Oder im gleichen Liede: »Ein Ar in Lüften schwaben.« Denn so (-en) heißt es überall. Ich bemühe mich seit meinen Schülerjahren, die Bedeutung dieser Stelle herauszubringen. Ich habe die Hoffnung schon fast aufgegeben. Ist es vielleicht chinesisch?

Das Jahrhundert vor uns hat seine eigenen Lieder geschaffen in seinem sentimental-schwülstigen Stil; warum sollen wir gedankenlos immer weitersingen, was uns überliefert wurde? Warum nicht etwas schaffen, was unserm Stilempfinden besser entspräche?

Darum zusammengefasst:

Singen, viel singen, schöne und verständliche Lieder; warum nicht auch einmal ein herzlich lustiges darunter? Und vor allem: auswendig singen! Und nicht das Singbuch auf die Berge schleppen!

G. H.

Stützsprünge

Immer noch ein Teil der Schulendprüfung, immer noch nicht überall sehr beliebt. Denn viele Schüler wollen und wollen es einfach nicht

begreifen. Eines ist wichtig: Nichts erzwingen wollen. Es nützt nichts, das Böckli bei 110 cm stehen zu lassen und immer

wieder, hundertmal, den gleichen Sprung zu üben.

Ein Rezept, das sich in der Praxis bewährte: Möglichst viele Arten von Stützsprüngen üben, immer wieder variiert in Höhe und Form. Und unten anfangen, ganz unten, nicht bei der Endform. Dann aber höher und höher treiben — und plötzlich kommt die verlangte Endform fast spielend. Fast, nicht ganz! Soll es auch nicht. Ein bisschen Anstrengung darf immer dabei sein.

Folgendes könnte etwa einen Weg zeigen:

I. Grätsche

1. über einen Schüler, längs gestellt, ganz tief, dann höher.
 2. über einen Schüler, quer gestellt (Achtung, Böcklein: Kopf einziehen!).
 3. über 2 Schüler, quer eng aneinander gestellt.
 4. über 2 Schüler, ineinander längsgestellt. (Kopf gegenseitig unter Achsel.)
- Alle diese menschlichen Böcklein sind rasch verstellbar; also verstellen; tiefer, wenn's nicht gehen will, dann wieder höher.
5. richtiges Böcklein, quer gestellt.
 6. richtiges Böcklein, längsgestellt.
 7. 2 Böcklein aneinander gestellt, quer.
 8. 2 Böcklein aneinander gestellt, eines längs, eines quer.
 9. Pferd mit Pauschen: Grätsche. — Auch Stemmbalken!

10. Pferd mit Pauschen: Auf Pferd stehen, Absprung mit Grätsche:
 - a) in die Weite,
 - b) in die Höhe,
 - c) hochweit,
 - d) über Schüler,
 - e) über Bock,
 - f) über Bock, der höher ist als das Pferd.

II. Hocke.

Am Stemmbalken oder Pauschänpferd:

1. Mutsprung,
2. Vor dem Gerät kauert ein Kamerad: Mutsprung v. Gerät über diese Verlängerung,
3. Durchschub,
4. Hocke,
5. Stand auf dem Gerät: Absprung mit Hocke in verschiedenen Anforderungen (= I, Übung 10 a—f).
6. Hocke über 2 aneinandergestellte Schüler.
7. Hocke über Böcklein, quer gestellt.
8. Hocke über 2 Böcklein, quer gestellt.
9. Hocke über Böcklein, längsgestellt.
10. Ueberschwung: 2 Schüler stehen auf dem Gerät, fassen den dritten an den Armen und schwingen ihn hoch über das Gerät.

Ergänzungsübungen: Flanke links und rechts an Pferd, Stemmbalken oder Reck; Fechtsprung ebenso an verschiedenen Geräten.

G. H.

Mittelschule

Klima und landwirtschaftliche Produkte *

A. Die landwirtschaftlichen Produkte Westeuropas.

Westeuropa liegt von Schottland bis in die Nähe der Mittelmeerküste in der Laubwaldzone; im Süden reicht sie ins Mittelmeerklima hinein.

Klimacharakter ist ausgeprägt ozeanisch und zeigt daher geringe Temperaturgegensätze, sowohl im Tages- als auch im Jahreslauf.

Gegen Süden zeigt sich vor allem eine starke Zunahme der Juli- und der mittleren Jahrestemperaturen.

* Siehe Nr. 10.