

Zeitschrift:	Schweizer Schule
Herausgeber:	Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz
Band:	35 (1948)
Heft:	23: Turnen in katholischer Schau
 Artikel:	Turnen und Sport im katholischen Mädcheninstitut der Westschweiz
Autor:	Marie-Alice, M.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-538348

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: 12.01.2026

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

7. Kleine *Freiübungsgruppe* in einer ebenen Waldlichtung.
 - a) Bds. Armschwingen vw. rw. im Wechsel mit Armkreisen vw.
 - b) Asymmetrisches Armschwingen vw. rw., beim 3. Schwung Tiefschwung.
 - c) 4 Galopphüpfe sw. mit Schlußhupf, gegengleich, im Wechsel mit 8 Schritten Zehengang vw.
 - d) Klatschen 2 mal über dem Kopf, kauern m. Nachwippen und Klatschen auf den Boden (4 Zt.).
 - e) Kniestiegstütz, Arme weit nach vorn und etwas auseinanderlaufend aufgelegt: Zweimaliges Rumpfwippen vw. im Wechsel mit zweimaligem Rumpfwippen sw.
 - f) Hasenhüpfe.
8. Laufspiel »Schwarz/weiß« durch niedriges Gehölz. (Parteien mit 1 m Abstand Rücken gegen Rücken, auch im Sitz oder Bauchlage.)
9. Jedes sucht 6 Tannzapfen: Die Lehrerin passiert eine Waldlichtung, dabei dürfen die Mädchen auf sie zielen. Wer trifft am besten?
10. Auf dem Heimweg Telefonstafette: die Schülerinnen verteilen sich auf dem Weg in 2 Abteilungen (Abstände 20 bis 30 m). Zwei lustige Meldungen werden durchgegeben und müssen wortgetreu am Ziel ankommen.

M. Müggler.

Turnen und Sport im katholischen Mädcheninstitut der Westschweiz

Der »Union des Religieuses enseignantes de Suisse Romande« gehören fast alle katholischen Mädchen-Institute der französischen Schweiz an. In all diesen Pensionaten wird Gymnastik und Sport getrieben, im Sinne einer harmonischen Erziehung von Seele, Geist und Körper.

Diese Vereinigung der Lehrschwestern hat schon in der ersten Hauptversammlung in Fribourg, 1948, die Frage des regelmäßigen Turnens aufgeworfen und im ganzen bejahende Antworten erhalten.

Ein Mitglied der Kommission hat dann persönlich mit Fräulein E. Widmer, Präsidentin des Schweiz. Verbandes kath. Turnerinnen, Fühlung genommen. Die Frucht dieser Unterredung war der Entschluß einer engeren Zusammenarbeit der katholischen Institute der Westschweiz mit dem Verband katholischer Turnerinnen. In diesem Sinn wurden schon im Novemberblatt der U. R. E. S. R. die Prinzipien dieses Verbandes zu möglichst treuer Innehaltung empfohlen: Notwendigkeit des regel-

mäßigen Turnens, Spiel und Sport unter Aufsicht; Kleidung nach Vorschrift unserer kirchlichen Obrigkeit. Es handelt sich darum, unsere Jugend im christlichen Geiste zu erziehen, der den ganzen Menschen erfassen muß, um harmonisch zu wirken.

Was wird nun effektiv geleistet, um den studierenden Töchtern genügend körperliche Übung zu geben?

Turnen: In allen Instituten 1 bis 2 Stunden wöchentlich, unter Leitung einer diplomierten Lehrerin.

In vielen Instituten wird auch noch eine kurze tägliche Morgenübung gemacht.

Sport: Basketball, Volleyball werden fast überall gespielt. Mehrere Institute, speziell Genf, Versoix, haben gut angelegte Plätze und werden im Sommer gegenseitige Freundschaftsspiele unternehmen.

Mehrere Pensionate haben auch Tennisplätze.

Die Internen werden in die Schwimmäder geführt, da, wo für Frauen und Töchter eine passende Stunde reserviert ist, unter Aufsicht natürlich.

Wintersporte: Die Eisbahn wird hauptsächlich in Fribourg, Bulle und Lausanne benutzt, immer unter Aufsicht. Mehrere Institute treiben auch den Ski-

sport (Fribourg, Château-d'Oex, Bulle, Aigle), meist unter Begleitung, sogar von Klosterfrauen!

Aigle.

M. Marie-Alice.

Musik und Bewegung

Mein alter Turnlehrer benützte, um uns eine Bewegung in ihrem richtigen Ablauf beizubringen, nur die Stimme. Ich höre noch sein »sch-sch-ottisch-hüpf — sch-sch-ottisch-hüpf«. Es wäre unmöglich gewesen, bei dem in gehobener Stimmlage begonnenen, sich absenkenden und sehr rhythmisch gesprochenen Dreisilber das »weg vom Boden« zu unterlassen oder am unrichtigen Ort zu hüpfen. Den fröhlichen Hüpfer habe ich dank des originellen Begleittones — nur Lehrerstimme — ganz in mich aufgenommen und freue mich immer, wenn ich ihm in Volkstänzen wieder begegne.

Die »neuzeitliche« Turnlehrerin benützt im Mädchenturnunterricht weniger ihre Stimme als das Tambourin. Und doch ist die Sprechstimme ein sehr modulationsfähiges Instrument, das wir zu wenig ausnützen. Man kann so viel Abwechslung bringen: aus dem geordnet-gleichmäßigen Gang an Tempo und Stärke der Bewegung steigern: *hopp-hopp-hopp-hopp* ; um den Hüpfer zu markieren: *hopp-hopp-hopp-hopp-hopp-hopp*; um den Sprung anzuregen: *1-2-3-jupp!*

Die Fantasie gibt immer neue Einfälle, so daß bestimmt diese Art des »Begleitens« nie langweilig wird. Schreien ist ganz und gar unnötig. Die Stimme braucht nicht zu ermüden.

Die Stimme kann von den Händen abgelöst werden, welche ein bewegliches, auf die verschiedenen Lautstärken einstellbares Instrument sind. Ich gebe mit den Händen Rhythmen an, kurze, lange, leise anhebend oder abklingend, gemütliches Tempo, eilenden Lauf, übergehend in

Laufsprünge, im Lauf unter dem Seil durch, alles kann ich mit den Händen begleiten (klatschen), sogar die Weichheit oder Straffheit der Bewegung.

Aber gehört es nicht doch ein bißchen zum guten Ton, das Tambourin zu brauchen? Im Geräteraum der Schule hängt es als offizielles Begleitinstrument. Das Tambourin ist gar nicht leicht zu beherrschen. Es will mit verständnisvoller Liebe behandelt werden, so, wie der Basler seine Trommel behandelt. Das Tambourin ist eine kleine Trommel. Trommeln ist eine Kunst. Man darf nicht einfach auf das Tambourin losschlagen, und ich glaube, daß wir diesen Fehler im Turnunterricht oft begehen. In seinem Heft »Übung für Schlagwerk: Handtrommel« (B. Schotts Söhne) sagt der Verfasser des Vorwortes, Carl Orff: »Die Beschäftigung mit diesem Instrument ist besonders geeignet, die rhythmische Sicherheit zu festigen und das Formgefühl zu wecken.« Später betont er, wie wichtig es ist, daß die Schlagimpulse in enger Verbindung mit der gesamten Armbewegung bleiben. Das Schlagen mit dem »Klöppel« erwähnt er überhaupt nicht. Nur die Hand selber, die im Handgelenk immer locker gehalten wird, berührt das Fell. Es entstehen dumpf klingende Schläge und hellere Töne, jenachdem ich z. B. mit dem Handballen und allen Fingern zugleich oder nur mit Daumen und Fingern schlage. Ferner ändert die Tonfärbung je nach dem Ort — Rand oder Mitte —, wo ich aufschlage. Mit viel Geduld muß man alle diese Möglichkeiten herausholen. Erst dann kann das Tambourin (ohne Schlägel) im Turnunterricht so verwendet werden, daß es nicht nur eine Art Drill vermittelt, sondern einen guten