

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 39 (1952)  
**Heft:** 6: Herrgottsferien ; Turnunterricht

**Artikel:** Gesang und Musik im Turnunterricht  
**Autor:** A.S.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-531664>

### **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:** 02.04.2026

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

2. Zweierkolonne. Abmarsch.
3. Fassen zum Pferdegespann, Gehen, Trauben, Galopp.
4. Mähen mit Vorwärtsschreiten.
5. Da wir die Gabeln vergessen haben, müssen wir von Hand worben: tief bücken, strecken und Hände über dem Kopf leicht schütteln.
6. Rechen mit Rückwärtsschreiten.
7. Laufsprung über die Mahden: 2 oder 3 Knaben liegen mit 1 m Abstand nebeneinander, die andern hüpfen in Einerkolonne über die »Mahden«.
8. Purzelbaum im Heu. Leicht abrollen, kein hohler Rücken!
9. Überschlag über die Schochen: Ein Knabe markiert den Heuhaufen.
10. Aufladen, Schübel hoch über dem Kopf zum Fuder tragen.
11. Fuder stampfen.
12. Heimmarschieren in Zweier- und Viererkolonne.
13. Auf dem Weg kommt ein Gewitter, Schnellauf zum Haus.
14. Ausklang durch beruhigendes Atmen.

Schritt, anhalten auf Kommando. Siehe Turnschule Seite 107 und folgende.

2. Freiübungen:

Kl. Grätschstellung: Rumpfdrehen l. m. Ausholen beidarmig l. sw. z. Nachfedern, Rumpfdrehen r. m. Ausholen beidarmig r. sw. z. Nachfedern. Kauern, Rumpfstrecken und Armheben vwh. zur Hochhalte. Wieder zusammenfallen zum Kauern.

Laufsprung. Hüpfen mit weiten Schritten. Sprung über kniende Kameraden.

Purzelbaum aus leichtem Anlauf.

Überschlag in Stand bis zur mühelosen Geläufigkeit.

Gehen mit Zehenstand und hochhalten der Arme.

Gehen mit hohem Knieheben.

Kurzer Schnellauf nach verschiedenen Zielen.

Spiel: Schwarzer Mann.

## GESANG UND MUSIK IM TURNUNTERRICHT

Von A. S.

Die Verbindung der Leibesübungen mit Gesang oder Musik ist uralte, wie die Geschichte alter Völker lehrt. Mitreißender Tanz ohne Musik wäre kaum zu denken, und zu allen Zeiten gab es *Wanderlieder* oder *Singspiele*. Auf dem Turnboden ist leider Musik und Lied vielfach verstummt. Man fand nicht selten das *Singen in der Hallenturnstunde* und auf dem *Spielplatz* lächerlich oder mindestens zeitraubend, turnfremd, störend. Nur bei Wanderungen, Skikursen, Sommerlagern wurde es betrieben, desgleichen bei Sing- und Tanzspielen, hier allerdings auch in der Turnhalle. Besonders verschwand im Schulturnen vielerorts das Marschlied aus der Turnhalle,

weil man nur das »Gehen«, nicht aber das Marschieren pflegte.

Der Verfasser möchte auf die tiefgehende und vielseitige Bedeutung des Singens und Musizierens im Schulturnunterricht nachdrücklichst hinweisen. Viele Lehrpersonen haben auf Turnlehrgängen den hinreißenden Schwung des Singens an sich selber erlebt, während es freilich noch immer Lehrer genug gibt, die in der Turnstunde nie oder nur ausnahmsweise singen lassen, sehr zum Schaden des Unterrichts.

Will der Lehrer den Gesang (und die Musik) im Turnunterricht zweckmäßig pflegen und auswerten, so möge er sich vorerst folgende Fragen beantworten:

*Warum, wann, wo, wie und was soll man im Schulturnen singen?*

*A. Warum singen und musizieren wir?*

1. *Singen in Verbindung mit Turnen ist lustbetonte, ausgezeichnete Lungengymnastik*, vorausgesetzt, daß es in frischer oder doch reiner Luft betrieben wird. Es bewirkt *unbewußt und in natürlicher Weise* stark *vertieftes* und *vermehrtes* Atmen, *strengt* die Atmungs- und Hilfsatmungsmuskeln ausgiebig an und *übt* sie; die Lungen und Atmungsmuskeln werden damit *leistungskräftiger* und *funktionstüchtiger*.

2. *Gesang und Musik erleichtern die turnerische Lern- und Erziehungsarbeit in vielen Fällen*. Der Anfänger wird zum Beispiel weit rascher und sicherer zu einem natürlich-straffen, flüssigen *Gehen*, zu einem taksicheren, strammen *Marsch* kommen, weil das Gleichmaß der Bewegung durch den musikalischen Takt für alle auffallend betont wird. Aber auch dem Geübten fällt das Gehen und Marschieren viel leichter, wenn Marschmusik oder Marschlieder mitklingen.

Desgleichen werden rhythmisierte Gang-, Lauf-, Sprung- und Schwungübungen erleichtert, sei es im Hallenturnen (rhythmisches Turnen), beim Skilaufen. So behaupten sogar manche Skilehrer, daß sie mit ihren Schülern bei entsprechender Musikbegleitung schnellere Fortschritte, besonders im Schwungfahren, erreichen. (Radio, Schallplatten!)

3. *Gesang und Musik beseelen weiter das Turnen und machen es damit schöner, freudvoller, beliebter*. Selbst der an und für sich mehr geistlose Dauermarsch kann damit stimmungsvoll werden, Freude auslösen und erziehlich wirken, falls ein gutgewähltes Lied mitschwingt.

4. *Mitreibende Musik vermag ferner in folge des entstehenden Lustgefühles selbst die Ermüdung hintanzuhalten oder doch*

*zu verringern*. Insbesondere bei längeren Fußwanderungen kann man beobachten, daß schon vorhandene Ermüdung und Abgespanntheit plötzlich wie weggeblasen sind, wenn ein beliebtes, stimmungsvolles Lied oder ein flott gespielter Marsch einsetzt. Oder wie lange vermögen oft Schüler auf dem Eis anstrengende Kunststücke auszuführen, wenn dazu gespielt wird!

5. *Gesang im Turnunterricht wirkt endlich stark erziehlich in vaterländischer, sozialer und sittlich-religiöser Hinsicht, wenn die entsprechenden Lieder stimmungsvoll gesungen werden*.

Gut ist es, wenn der Lehrer dabei zur Einstimmung einige besinnliche oder begeisternde Worte vorausschickt.

Das Lied als *tönende Sprache* wirkt durch Wort und Klang allein schon mächtig auf den Turnenden ein; die rhythmisch verbundene, *mitschwingende Bewegung* verstärkt noch den Einfluß. Jeder Turnlehrer weiß, daß der Marsch ohne Gesang oder klingendes Spiel nie so straff, begeistert und kraftbewußt ausfällt. Kaum ertönt die musikalische Begleitung, so straft und streckt sich der Körper hoch, flammt innere Stimmung und Begeisterung auf, läßt man unbewußt Wort und Klang körperlich und geistig-seelisch einwirken. Oder wird ein Volkstanzlied, ein Singspiellied nur gesungen, so wirkt es auf die Jugend lang nicht so, als wenn dazu tatsächlich getanzt, gespielt wird. Umgekehrt ist bei der bloßen Tanz- und Spielbewegung sowohl der körperliche als auch der geistig-seelische Erziehungserfolg ungleich geringer; es fehlt zu sehr an innerer Anteilnahme, die Ausführung ist mangelhafter, begrenzter, freudloser und darum auch weniger erziehlich wirksam.

*Fassen wir zusammen*: Gesang im Turnunterricht — wenn zweckmäßig betrieben — ist wertvolle, lustbetonte Lungengymnastik, erleichtert die turnerische Erziehungs- und Lernarbeit in vielen Fällen,

beseelt nicht wenig den Betrieb, macht ihn vor allem freudvoller, schöner, beliebter, wirkt weiter vorbeugend oder doch verringernd gegen Ermüdung und Übermüdung und erhöht ganz wesentlich die Turnerziehung auf Körper, Geist, Gemüt und Seelenleben. Darum stehen wir nach wie vor auf dem Standpunkt: *Leibesübungen und Gesang (Musik) gehören zusammen* nicht nur beim Wandern, Tanzen, Sommerlager und Skikurs, sondern auch in der Hallen- und Freiluftturnstunde; nur ein Übertreiben ist abzulehnen!

### B. Wann und wo soll man singen (musizieren)?

Man soll singen:

a) Im *Hallenturnen* (vorausgesetzt, daß die Luft rein genug ist), und zwar für gewöhnlich in *jeder* Turnstunde wenigstens ein Lied. Vor allem kann dies zweckmäßig sein:

1. Beim Erlernen und Üben des straffen Gehens und militärischen Marschierens (*Singmarsch*).

2. Bei *Singspielen* und *Singtänzen* und mit Gesang verbundenen Volkstänzen.

3. Bei solchen turnerischen Gesellschaftsspielen, wo Lieder zweckmäßig benutzt werden können, zum Beispiel: »Der gute Kamerad«, »Wo Berge sich ...« etc.

4. Als *Singkreis* zur Vorbereitung von nicht marschfähigen Hütten- und Rastliedern meist im Sitzen.

5. Vor erstem *Wettturnen*.

Zur *Begleitung* oder statt des Gesanges kann auch Musik auf einem Klavier, einer Handharmonika oder einer Trommel (Marschieren!) treten. Mit Musik übe man insbesondere rhythmische Übungsformen, denn ohne sie sind diese nur halbe und minderwertige Arbeit.

b) Beim Betrieb auf dem *Spiel- und Turnplatz*, besonders beim Hinmarsch zum

Platz und beim Rückmarsch verwende man Gesang (Musik).

c) Vor allem gut brauchbar ist Gesang und Musik bei *Wanderungen, Ausflügen* und *Geländespielen*, besonders auf dem Weg zum und vom Bahnhof, während des Marsches (etwa alle halbe Stunden) oder im Zug und Autobus (falls man damit Mitfahrende nicht stört!) und bei längerem Rasten.

d) Selbstverständlich gehören Gesang und Musik zu *Heimabenden* (Skikursen usw.) und ins *Ferienlager*, zu Turn-, Spiel- und anderen *Festen* und zu manchen feierlichen *Aufmärschen*.

### C. Wann und wo sollen wir im Betrieb der Leibesübungen nicht singen?

a) Zunächst in rauchigen, staubigen und nicht genügend gelüfteten Räumen, seien es Raucherwagen, Skihütten oder Schutzhäuser.

b) Beim Wandern auf ansteigenden, holperigen oder gefährlichen Wegen und Steigen.

c) Auf staubigen oder zu stark belebten Straßen (Autoverkehr u. ä.).

d) Bei Gegenwind und rauher oder nebeliger Luft.

e) Wenn die Schüler schon allzusehr ermüdet sind oder aus anderen Gründen keine Lust zum Singen mit innerer Sammlung und Anteilnahme besteht.

f) Wenn andere durch den Gesang gestört würden (vorbeiziehender Leichenzug, Gottesdienst in nahegelegenen Dorfkirchen oder Prozessionen usw.).

*Anmerkung:* Der oft gehörte Einwand, man soll in der Turnhalle nicht singen, weil es dort staubt, ist nicht stichhaltig; bevor wir deshalb den Gesang aus der Turnhalle verbannen, werfen wir lieber den Staub hinaus! Das kann jeder willige Schulabwart, wenn er vom Lehrkörper

und von der Schulverwaltung dazu erzogen wird. Da müßte man in solchen Turnhallen alle Lauf- und Sprungübungen, ja das gesamte Turnen verbieten.

#### D. *Wie soll man singen?*

a) *Taktsicher*, vor allem bei Marschliedern. Melodie und Marsch müssen rhythmisch zusammenfallen. Der betonte Taktteil muß auf den *linken* Fuß treffen.

b) *Richtig beginnend*. Beginnt das Lied mit einem Auftakt, so setzt man auf dem rechten Fuß ein, ohne Auftakt schon auf dem linken Fuß. — Leichter fällt der richtige Liedbeginn, wenn man erst während des Marsches, also nicht gleich beim ersten Austreten, mit dem Singen beginnt. — Als Zeichen für den Beginn senkt man die gehobene Hand und setzt in richtiger Tonhöhe gleichzeitig ein. — Das Zeichen und die Tonhöhe gibt der Lehrer oder ein takt-sicherer, im Tontreffen geübter Schüler, der am besten an der Spitze oder wenigstens in einer der ersten Reihen marschieret. Beim Stehen oder Sitzen (Singkreis) wirkt der *Vorsänger* möglichst in der Mitte. — Sofort nach dem Anstimmen des Liedes durch den Vorsänger fallen alle Schüler gleichzeitig und kräftig (also nicht erst nacheinander oder zögernd!) mit dem Mitsingen ein. — Wurde bei Anfängern zu hoch oder tief oder auf den verkehrten Schritt begonnen, so beginne man besser noch einmal. Bei falschem Schritt befiehlt der Lehrer auch Schrittwechsel zum Ausgleich! — Zwischen je zwei Strophen schalte man vier bis acht Doppelschritte als Atempause ein! Außerdem vergesse man nicht innerhalb der Strophe, wo dies der Liedinhalt *verlangt*, sogenannte *Innehaltpausen* (etwa vier Schritte!)

c) *Man hüte sich vor eintönigem, leierndem Singen*, sondern achte auf sinn-gemäßen Wechsel von Tonfarbe und Tonstärke.

Dies gelingt nur, wenn man an den Liedinhalt und an die Melodie denkt.

d) *Ebenso verwerflich ist schreiender oder plärrender Ton*, womit natürlich nichts gegen kraftvollen Gesang gesagt ist, den der Turnlehrer schon aus atmungs-gymnastischen Gründen fordern wird, es wäre denn, daß manche Lieder sonst nicht die volle Wirkung erzielen würden.

e) *Alle müssen sich einer klangreinen, deutlichen und schönen Aussprache befleißigen*. Den Text muß man verstehen können, auch wer das Lied zum erstenmal hört.

f) *Alle Schüler sollen mitsingen*; auszuschließen wären höchstens ausgesprochene Falschsänger und Brummer, die man aber nur sehr selten findet.

g) *Der Marschgesang darf nicht langweilig und schleppend, sondern muß frisch und fließend ablaufen*.

h) *Der Turngesang muß vor allem stimmungsvoll sein*. Der ganze Mensch muß gleichsam mitschwingen, indem man nicht bloß mit dem Mund, sondern auch mit wohlgestimmtem Herzen mitsingt, indem man das Gesungene erlebt, wieder erlebt. Diese seelische Stimmung überträgt sich auch auf solche, die als Nichtsänger mitmarschieren oder als Zuschauer dort stehen.

Die nötige Stimmung fördert man unter anderem durch:

1. *Vorausschicken von einigen einstimmenden Worten*, die je nach der Art des Liedes wirken sollen.

i) *Nach der Art, wie wir den Gesang in den Turnbetrieb einbauen, können wir unterscheiden:*

1. den *Singmarsch*. Es eignen sich nur ausgesprochene Marschlieder dazu. Aufstellung bei straffem Marsch auf breiten Straßen und Wegen oder in der Turnhalle

und auf dem Turnplatz, am besten in Marschkolonnen, bei zwanglosem Wandermarsch;

2. den *Singkreis*. Er ist zum Einlernen für alle Arten von Liedern geeignet; es kommen in Betracht schon eingeübte Lieder, die weder zum Marschieren noch zum Tanzen sich eignen. Die Schüler stehen, sitzen oder liegen nahe beisammen, am besten im Halbkreis, so daß sie den Lehrer und sich gegenseitig gut hören und sehen können. Im Stundenbild folgt der Singkreis als Rastpause gewöhnlich anstrengenden Übungen oder im beruhigenden Schlußteil. Im Freien (Wanderrast) wählt man windgeschützte, bei schwülem, sonnigem Wetter schattige Plätzchen aus;

3. den *Singtanz*. Dazu gehören Singspiele, Volkstänze mit Gesang und rhythmischen Übungen mit Tanzcharakter, wobei seltener die Übenden selber singen, sondern die freie Klassenhälfte dazu singt. Besser ist es aber, man wählt dazu Musik (Klavier, Handharmonika, Mundharmonika u. dgl.).

j) Am besten feilt man schon gelernte Turnlieder aus durch Pflege des »Sängertwettstreites«, indem man die Schüler in zwei oder mehr Gruppen teilt und nacheinander singen läßt, während die Nichtsingenden in dieser Zeit marschieren, tanzen und sonst üben. Einige gute Sänger geben mit dem Lehrer das unparteiische Kampfgericht ab. Nur solche Lieder soll man bei Skikursen, Wanderungen usw. öffentlich singen, die schon nach Text, Melodie und Vortrag halbwegs gut gelingen.

k) Man sichere sich für die verschiedenen Anlässe einen genügend großen Liederschatz, den die Schüler mit Text und Melodie frei beherrschen und als dauernden Schatz mit ins Leben nehmen. Dies ist auch wertvoll fürs Militär, für die Vereine und die Familie! (Für Mädchen auch Wiegenlieder!)

*E. Was soll man im Turnunterricht singen?*

Das hängt vor allem vom Alter, Geschlecht, von der Tages- und Jahreszeit, der Übungsfertigkeit, aber auch von besonderen Anlässen und der jeweiligen Stimmung ab. Besonders berücksichtige man die ortsüblichen Volkslieder der engsten Heimat.

Vorsichtig sei der Lehrer bei solchen Liedern, die die Schüler selber wünschen und die er nicht kennt. Oft haben sonst passende Lieder unterlegte, nicht einwandfreie Texte. Auch nicht alle sonst schönen Volkslieder eignen sich für die Jugend, mögen sie noch so stimmungsvoll sein.

Am besten wählt der Lehrer aus den in der Schule eingeführten Liederbüchern aus. Neben diesen Schulliederbüchern können manche Lieder noch aus allgemeinen Sammlungen entnommen werden.

Unbedingt soll man auch bei lustigen Heimabenden der reiferen Jugend das Singen von kitschigen Operettenliedern oder gar anzüglichen Gassenhauern nicht gestatten.

*F. Womit soll begleitet werden?*

a) Beim Wandern und Singmarsch mit der Laute (Gitarre), Handharmonika, in Ermangelung anderer Begleitinstrumente auch mit der Mundharmonika.

b) Beim Singmarsch in der Halle außerdem noch mit dem Klavier.

c) Beim Singkreis mit allen genannten Instrumenten, ferner mit der Zither.

d) Beim Marsch ohne Gesang auch mit der Trommel (Gong) und der Trompete.

Das Einschalten von gepfiffenen Zwischentakten — von der älteren Jugend noch öfter gepflegt — kann in geordneter Form und bei passenden Liederstellen gelegentlich gestattet werden, nicht aber witzig sein sollende Verunzierungen in Wort und Melodie, am allerwenigsten bei ernsteren Liedern.