

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 70 (1983)  
**Heft:** 5: Schulturnen - Schulsport I

**Artikel:** Pestalozzi und die Körpererziehung in der Schule  
**Autor:** Burgener, Louis-W.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-530633>

#### 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:** 29.01.2026

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

### **Literaturverzeichnis**

Liselott Diem: Sport für Kinder.  
 Kurt Egger: Turnen und Sport in der Schule I.  
 Schönholzer/Weiss: Sportbiologie.  
 Hartmut von Hentig: Dialektik des Sportunterrichtes.  
 A. D. Stübing u. a.: Lernen im Schulsport.  
 Heinz Hahmann: Die Bedeutung ausserschulischer Anregungen für das Lernen im Sport.

Dieter Brodtmann, Achim Härdrich: Modelle praxisbezogener Kenntnisgewinnung im Sportunterricht.  
 Hannes Neumann, Jürgen Schröder, Volker Getrost: Lehrer- und Schülerverhalten im Sportunterricht.  
 Carsten Schierenbeck: Modell der Sportlehrerausbildung.  
 Hansjörg Menziger: Aus der Praxis – für die Praxis.  
 Josef Elias: Schultheater – Spielversuche.

## **Pestalozzi und die Körpererziehung in der Schule**

Louis-W. Burgener

Johann Heinrich Pestalozzi (1746–1827), der etwa 300 Schriften und 6000 Briefe hinterliess, hat sich intensiv mit der Körpererziehung der Kinder und Jugendlichen befasst. Anhand seines Gesamtwerkes<sup>1</sup>, seiner Erziehungspraxis und zeitgenössischer Berichte soll versucht werden, seinen Einfluss auf die Körpererziehung kurz zu erarbeiten. Wer eine umfassende Information finden möchte, findet diese in meiner Untersuchung: «L'éducation corporelle selon Rousseau et Pestalozzi»<sup>2</sup>.

### **Die Praxis bei Pestalozzi**

Im Neuhof bei Brugg (1773–1780) sowie in Stans (1799) unterrichtet Pestalozzi arme Kinder, sehr oft Waisen, die nur wenige Spiele zur Erholung haben. Doch bereits in Burgdorf (1800–1803) geniessen die Bürgersöhne wie die Armen täglich 2 bis 3 Stunden landschaftsgebundene «Sportarten» mit den Lehrern. Im Hochsommer badet man in der Emme, und oft unterbrechen Wanderungen und heimatkundliche Ausflüge den Schulalltag. Die Inspektoren heben Ballspiele, Schwimmen, Wandern und Singen hervor<sup>3</sup>.

In Yverdon (1805–1825) beherbergt sein Institut im Durchschnitt etwa hundert Schüler, zwanzig Lehrer und Gehilfen und zwei Dutzend Erwachsene, welche die Methode erlernen. In jener Zeit sind Seuchen sehr verbreitet, weshalb man bei den Zöglingen eine peinlich genaue Hygiene, einfaches und reichliches Essen, das Abwechseln von Studium und prakti-

scher Arbeit vorschreibt. Täglich sind 2 Stunden für das Spielen und den «Sport» reserviert, natürlich ohne systematisches Training und richtige Wettkämpfe. Die Kleinen bevorzugen die üblichen Kinderspiele, die Älteren interessieren sich für Bogenschiessen, Stelzenlaufen, Ball- und Wurfspiele, und je nach Jahreszeit auch für Schwimmen, Rudern, Fischen, Schlitteln, Eislaufen und Wandern. Die Ausflüge und heimatkundlichen Exkursionen bringen Kontakte mit der Gegend und ihren Einwohnern, in den Sommerferien wandern dazu Gruppen oft wochenlang in den Alpen, ja bis nach Italien.

Seit 1758 gibt es in der Schweiz Kadettenkorps, in denen Bürgersöhne wenige Stunden pro Woche im Waffenhandwerk und in praktischer Staatskunde unterrichtet werden. In Yverdon, wo die Kinder aus wohlhabenden Familien stammen, organisiert man ein eigenes Korps. Ab zehn Jahren tragen die Zöglinge ein Gewehr und eine einfache Ausrüstung während den Kadettenübungen. Ein Lehrer und die von den jüngeren gewählten älteren Söhne leiten die Manöver. An der Jahresinspektion, die ein Offizier des Staates Waadt, zu dem Yverdon gehört, abnimmt, wohnen Eltern und Bekannte bei. Laut Pestalozzi schadet diese Wehrausbildung den humanitären und weltbürgerlichen Zielen der Gesamterziehung nicht. Rousseau selbst hat ja an vormilitärischen Kinderübungen teilgenommen<sup>4</sup>. Die Handarbeit ist in Yverdon weniger wichtig, denn die Schüler kommen aus wirtschaftlich höheren Schichten.

## **Die Elementargymnastik**

Pestalozzi publiziert im Juni–Juli 1807 in seiner Hauszeitschrift den Aufsatz «Über Körperbildung als Einleitung auf den Versuch einer Elementargymnastik, in einer Reihenfolge körperlicher Übungen». Der erste Teil der Schrift stammt von Pestalozzi, der zweite von J. Niederer, seinem Hauptmitarbeiter in der Zeitschrift, der letzte von einem Unbekannten, wahrscheinlich einem Lehrer des Institutes.

«Die Natur gibt das Kind als ein untrennbares Ganzes, als eine wesentliche organische Einheit mit vielseitigen Anlagen des Herzens, des Geistes und des Körpers. Sie will entscheiden, dass keine dieser Anlagen unentwickelt bleibe. – Wo sie wirkt, wo das Kind rein und treu durch sie geleitet wird, da entfaltet sie auch Anlagen seines Herzens, seines Geistes und seines Körpers zugleich in harmonischer Einheit. Die Entwicklung des einen ist nicht nur mit der Entwicklung des andern unzertrennlich verbunden, sondern sie entwickelt auch eine jede dieser Anlagen vermittelst der andern und durch sie. Die Entfaltung des Herzens wird ein Mittel selbst, auch den Geist, die des Geistes den Körper, und umgekehrt zu entfalten»<sup>5</sup>.

Nach der Einführung von Pestalozzi schreibt J. Niederer: «Das Wesen der Elementargymnastik besteht ... in nichts anderem, als in einer Reihenfolge reiner körperlicher Gelenkübungen, durch welche der Umfang alles dessen von Stufe zu Stufe erschöpft wird, was das Kind in Hinsicht auf die Art und Weise seiner Stellung und Bewegung des Körpers und seiner Artikulationen vornehmen kann»<sup>6</sup>. Dann bringt der anonyme Autor als Beispiel eine Reihe von Einzelbewegungen des Kopfes, des Rumpfes, der Beine und Arme.

Im Einverständnis mit Pestalozzi lässt nun J. Niederer diese Gelenkübungen als Leibeserziehung den zahlreichen Besuchern vorführen. Spätere Turnlehrer, die von Ling, Spiess oder Eiselen herkommen, bauen die Gelenkübungen aus, so dass diese bald den überragenden Teil ihrer Praxis ausmachen.

Die Turnpädagogen, welche gegen diese kommandierte und mechanische Gymnastik eingestellt sind, haben versucht, Pestalozzi davon zu entlasten und sie J. Niederer zuzuschreiben.

Mit E. Dejung, dem verdienstvollen Herausgeber des Gesamtwerkes, bin ich nach umfas-

sender Textanalyse überzeugt, dass Pestalozzi selbst die Elementargymnastik «erfunden» hat, denn deren Grundsätze entsprechen denjenigen der Elementarmethode Pestalozzis, die bereits um 1800 entworfen wurde: sie besteht darin, jeden Stoff in kleine Einheiten aufzugliedern, um sie zuerst einzeln zu üben, bevor sie kombiniert werden. Die Elementargymnastik wurde also von Pestalozzi vor der Ankunft J. Niederers (Juli 1803) entworfen.

«Die Bildung zu den physischen Fertigkeiten, die der Staat dem Volke, wie die Bildung zu den wesentlichsten Einsichten, unnachlässlich geben sollte und leicht geben könnte, ruhet, wie jede Bildung zu einem tiefgreifenden Mechanismus, auf einem ABC der Kunst, das ist auf allgemeinen Kunstregeln, durch deren Befolgung die Kinder in einer Reihenfolge von Übungen gebracht werden könnten, die von höchst einfachen zur höchst verwickelten Fertigkeit allmählich fortschreitend, mit physischer Sicherheit darin wirken müssten, ihnen eine täglich steigende Leichtigkeit in allen Fertigkeiten zu gewähren, deren Ausbildung sie notwendig bedürfen. Aber auch dieses ABC ist nicht gefunden. Ganz natürlich, es wird selten gefunden, was niemand sucht. – Es war so leicht zu finden – es muss von einfachsten Äusserungen der physischen Kräfte, welche die Grundlage auch der kompliziertesten menschlichen Fähigkeiten enthalten, ausgehen. Schlagen, Tragen, Werfen, Stossen, Ziehen, Drehen, Ringen, Schwingen, usw. sind die vorzüglichsten einfachen Äusserungen unserer physischen Kräfte. Unter sich selbst wesentlich verschiedenen, enthalten sie alle gemeinsam und jedes für sich, die Grundlage aller möglichen, auch der kompliziertesten Fertigkeiten, auf denen die menschlichen Berufe beruhen. Daher ist es offenbar, dass das ABC der Fertigkeiten von frühen, aber psychologisch gereichten Übungen in diesen Fertigkeiten überhaupt, und in jeder einzelnen besonders ausgehen muss.»<sup>7</sup>

Im Dezember 1802 schreibt Pestalozzi in seiner «Denkschrift an die Pariser Freunde über Wesen und Zweck der Methode», die Elementarübung bezwecke harmonisch die körperlichen Talente zu entwickeln, denen der Mensch bedürfe, um physisch selbständig zu werden. Eine einseitige Bildung widerspreche der Natur und schade der Gesamterziehung.

«Die Einseitigkeit der Entwicklung physischer Kräfte zeugt in physischer Hinsicht verächtli-

che Charlatane, gewalttätige Bestien und armselige, lasttragende Esel».<sup>8</sup>

Die Grundsätze der Elementargymnastik hat Pestalozzi sicher konzipiert, doch hat er die Gelenkübungen nur in bezug auf eine sofortige Anwendung im Beruf, in der Natur und im Alltag gesehen. Die umfassenden Leibesübungen, Hygiene usw. in Yverdon, täglich etwa 5 Stunden, beweisen dies, ebenso die Industriebildung, die Pestalozzi schon 1802 ankündigt und zwar für die Armenkinder, die auf die Fabrikarbeit vorbereitet werden sollen. Die letzte Bildung weist auch eine Elementargymnastik auf, ebenfalls das Schreiben, die Handarbeit und das Zeichnen.

Obwohl J. Niederer die Gelenkübungen den Besuchern hat vorführen lassen, als Elementarmethode in der Gymnastik, wurden diese Übungen nur an Demonstrationen und an Regentagen ausgeführt, im Durchschnitt vielleicht eine halbe Stunde pro Woche.

Dem «Prince de la Paix», Manuel de Godoy (1767–1851), einem spanischen Staatsmann, schreibt Pestalozzi im September 1807, die allgemeine Gymnastik umfasse alle Hauptbewegungen, deren der Körper fähig sei. Deshalb sei sie das solide Fundament aller militärischen Übungen und aller Grundübungen des Handwerks und der Industrie. Es sei leicht, sie aufzustellen und ihr dazu die speziellen Bewegungen aller Berufe zu unterordnen. In Yverdon seien die ersten Versuche mit diesen Übungen abgeschlossen, und die Resultate würden noch besser sein als diejenigen einiger Elementarübungen der geistigen Fähigkeiten.<sup>9</sup> Dieser Text beweist, wie sehr Pestalozzi vom Nutzen der Elementarübungen für den Körper überzeugt war, in bezug auf die Gesamterziehung wie auch auf die Anpassung des Kindes an das soziale Milieu und an seinen Beruf.

## Schlussbetrachtungen

Weshalb haben die späteren Turnlehrer die «kommandierten» Übungen so übertrieben? Zu ihrem Verständnis sei Folgendes bemerkt: sie mussten sich den Umständen anpassen, erhielten ein Zimmer oder einen Hinterhof als Übungsplatz, sollen in wenigen Stunden und mit bis zu 80 Schülern eindrucksvolle Übungen vorführen.

Als dieses System eingeführt war, widersetzten sich die Turnlehrer lange der Einführung

von Spiel und Sport, weil sie zugleich Leiter im Vereinsturnen waren. Dasselbe würde heute geschehen, wenn infolge neuer Umstände die Schule vermehrt auf «life time» und naturverbundene Sportarten vorbereiten sollte, statt auf Wettkampfsport und -spiele.

Was am Institut in Yverdon in Spiel und «Sport» sowie in verwandten Bereichen geboten wurde, wird später in unzähligen Schulen und in vielen Ländern ebenfalls realisiert. Diese pädagogische Verbreitung ist um so bemerkenswerter als sie auf die Hilfe von Politik, Armee, «olympischem» Sport verzichtet. Alle Systeme der Leibesübungen, die mit landschaftsgebundenen «Sportarten» eng verbunden sind und sich einer ausgeglichenen Erziehung einordnen, dürfen sich auf Pestalozzi berufen.

## Literaturverzeichnis

- <sup>1</sup> J. H. Pestalozzi: *Sämtliche Werke und Briefe*; Werke Band I–XXIX; Briefe Band I–XIII, Orell Füssli, Zürich, ab 1923.
- <sup>2</sup> L. Burgener: *L'éducation corporelle selon Rousseau et Pestalozzi*, Librairie philosophique Vrin, 75005 Paris, S. 53 ff.
- <sup>3</sup> Über die Pestalozzische Lehranstalt in Burgdorf, v. J. Ith, H. Gessner, Bern/Zürich, 1802, 103 Seiten.
- <sup>4</sup> J. J. Rousseau: *Les rêveries du promeneur solitaire*, Gallimard (Folio), Paris, 1972, S. 90.
- <sup>5</sup> Pestalozzi, Werkband XX, S. 56.
- <sup>6</sup> Pestalozzi, Werkband XX, S. 65.
- <sup>7</sup> Pestalozzi, Werkband XIII, S. 337.
- <sup>8</sup> Pestalozzi, Werkband XIV, S. 333.
- <sup>9</sup> Pestalozzi, Werkband XX, S. 276.
- <sup>10</sup> zur allgemeinen Bibliographie:  
L. Burgener: *La Confédération suisse et l'éducation physique de la jeunesse*, 2. Auflage, 2 Bde., Kraus, Nendeln FL/New York, 1970, 705 Seiten.  
H. Meusel: *J. H. Pestalozzi über Körerbildung*, Frankfurt, Limpert, 1973, 166 S. (Auszüge).