

**Zeitschrift:** Schweizer Schule  
**Herausgeber:** Christlicher Lehrer- und Erzieherverein der Schweiz  
**Band:** 70 (1983)  
**Heft:** 6: Schulturnen - Schulsport II

**Artikel:** Tanz im Schulturnen  
**Autor:** Mahler, Madeleine  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-531181>

### **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:** 28.01.2026

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

Auf keinen Fall darf die Förderung der Fortgeschrittenen zu einer Überforderung oder Vernachlässigung der Schwächeren führen. Die Einteilung in Leistungsklassen kann diese Gefahr weitgehend bannen. Innerhalb ihrer Leistungsklasse sollen aber auch die schwächeren Schwimmer, die vielleicht nur eine Stilart mühsam erlernt haben, das Erlernte über längere Strecken ausüben. So setzen wir auch diesen Schwimmern im siebenten und achten Schuljahr ein erreichbares Ziel. 300 m am Anfang, 1000 m am Schluss der Saison kann auch ein weniger geschickter Schwimmer in einer durch Abwechslung aufgelockerten Stunde aus Einzelstrecken zusammenfügen, und diese Leistung darf der Lehrer der Spitzenleistung des Begabtesten als gleichwertig an die Seite stellen.

Um den gesunden Ehrgeiz nicht in die Vergötterung der Spitzenleistung entarten zu lassen, haben sich Gruppenwettkämpfe innerhalb der Schulen als wertvoll erwiesen. Hier lassen sich die Zweit- und Drittbesten durch die Besten mitreissen; denn von ihnen hängt der Erfolg der Mannschaft ab. Und jedes gibt sich Mühe, in der Staffel der Klasse oder des

Schulhauses mitmachen zu dürfen, und spürt vielleicht nur unbewusst, dass gerade in der Vorbereitung der Sinn des Anlasses liegt, nicht im Sieg. Mit derselben Absicht werden auch seit vielen Jahren an den stadtbernerischen Schülermeisterschaften im Schwimmen Staffeln durchgeführt, an denen sich Achtermannschaften der verschiedenen Schulen messen können. Dieser fröhliche Anlass ist auch für die Nichtbeteiligten aufschlussreich, zeigt er doch ganz allgemein, was bei bescheidenem Zeitaufwand im Schwimmen erreichbar ist.

Unser Schwimmunterricht muss leider aus zeitlichen und räumlichen Gründen im achten Schuljahr mit einem halben Pensum auslaufen. Unser Ziel wäre aber erreicht, wenn es uns gelänge, über die Schulzeit hinaus in den heranwachsenden Menschen Freude an der regelmässigen schwimmerischen Leistung, ungeachtet des Resultates, zu entfachen. Die Entfaltung jugendlicher Kraft und Bewegungsfreude im Wasser ist nicht nur eines der wichtigsten und billigsten Gegengewichte gegen Bewegungsarmut und modische Schlampe. Sie ist vor allem auch ein Genuss.

## **Tanz im Schulturnen**

Madeleine Mahler

Wann kommst Du wieder? Ja, soll ich? Du hast es versprochen, antwortet mir Esra. Er besucht eine 4. Primarklasse, mit der ich freundlicherweise Tanzideen ausprobieren kann. So haben wir einen Ballontanz erfunden. Zuerst spielten alle Kinder einzeln mit einem Ballon, balancierten diesen auf verschiedenen Körperteilen im Stehen und am Boden. Dann spielten zwei Schüler zusammen mit einem Ballon, ruhig wurde er von einem zum andern gereicht. Nun wurden die Kinder selber Ballone und führten die unterschiedlichsten Bewegungen aus, die jeweils von einem Kind angeregt wurden. Viele Ideen wurden aufgenommen und in Bewegung umgesetzt. Zuletzt fassten wir alle Erfahrungen zu entsprechender Musik in einem Ballontanz zusammen.

Schulversuche in Deutschland, Ungarn und in der Schweiz, die auf Kosten der Hauptfächer eine vertiefte musische Erziehung in den Stundenplan aufnahmen, haben deutlich gezeigt, dass alle Kinder den schulischen Ansprüchen bei weitem entsprachen. Signifikant scheint mir, dass alle Schüler gegenüber Normalklassen lernfreudiger waren und sich im guten Klassengeist wohl fühlten. Diese Anstösse kommen vor allem von den Musikunterricht erteilenden Lehrern, die nun auch vermehrt Tanz in ihren Unterricht einbeziehen.

An einer Mittelschule habe ich die Möglichkeit, den Schülerinnen während eines Jahres Tanzunterricht zu geben. Ich hole die Schülerinnen dort ab, wo sie sich befinden. So beginne ich



Tanz kann Entdecken und Mitteilen sein.  
Foto: Peter Kopp

z. B. mit Jazz- oder Discotanzformen und führe sie sowohl zu überlieferten Formen als auch zu spontanem, kreativem Ausdruck. Dabei bewegen wir uns durch die Jahrhunderte und schaffen kulturgeschichtliche Querverbindungen. Immer entsteht am Ende des Schuljahres das Bedürfnis, die gemachten Erfahrungen nach aussen zu zeigen. So entsteht zum Schulabschluss ein kurzes Programm, das mit historischen Tänzen beginnt und mit selbstgestalteten Bewegungsabläufen endet.

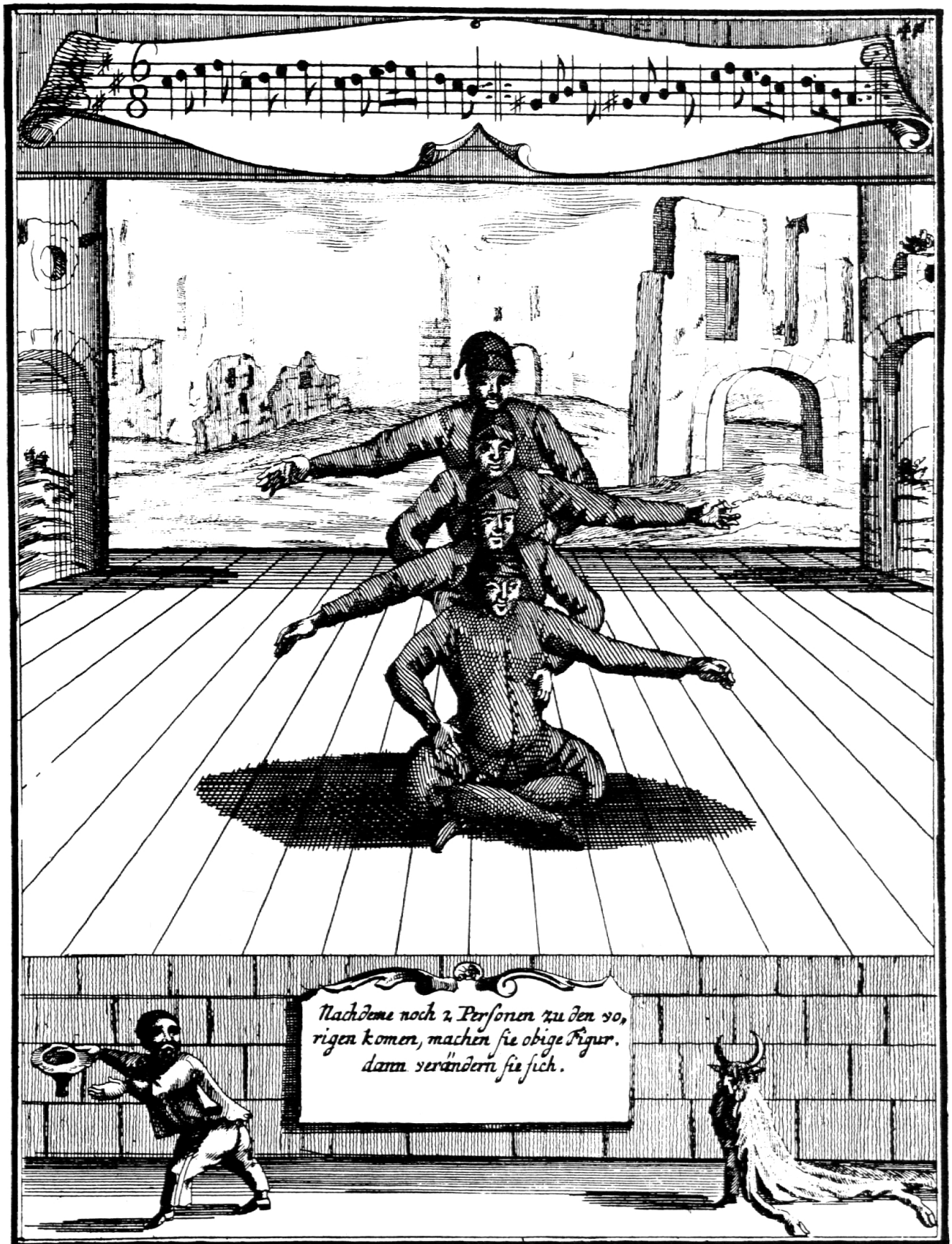
Der Bühnentanz steht in ständiger Veränderung. Mit dem Wort Tanz verbindet sich nicht mehr nur Spitzentanz. In zeitgenössischen Tanzaufführungen sieht man vermehrt ganzkörperliche und publikumsnahe Bewegungen, oft verwandt mit unserem Bodenturnen. Das Schulturnen orientiert sich hauptsächlich nach den Zielen des Sports, mit klaren Regeln, richtig oder falsch. Im Tanz kann richtig falsch sein oder falsch richtig, jeder Schüler kann auf dem

Weg zu einer Gestaltungsform seinen Beitrag leisten.

Mit einer Gruppe Studenten der Turn- und Sportlehrerausbildung, ETH Zürich, konnte ich ein Programm «Bewegung – Poesie» erarbeiten. Zum Teil liessen wir uns durch Gedichte zu Bewegungsabläufen inspirieren, zeigten aber auch, dass Bewegung selber Poesie werden kann, wie auch der Deutsch unterrichtende Lehrer nicht nur Grammatik betreibt.

Auch hier entsteht das Bedürfnis, den Körper so zu trainieren, dass wir ihn vollkommen zur Verfügung haben, um mit ihm innere und äussere Wahrnehmungen zu verarbeiten und auszudrücken. Wie der Athlet, möchten auch Tanzschüler eine gewisse Perfektion in ihren Leistungen erreichen.

So wäre es wünschenswert, dass wir Turnunterricht erteilende Lehrer auch diesen Ausblick in der Körpererziehung aufzeigen könnten, den Körper nicht nur als Mittel zum Zweck zu trai-

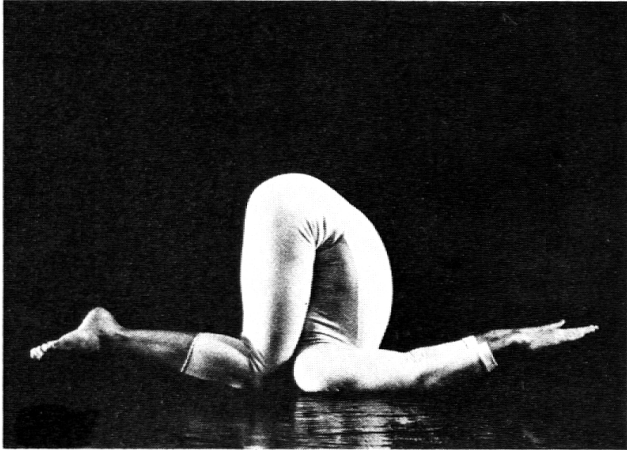


Tanz kann kulturhistorische Querverbindungen schaffen.  
Neue und curieuse Tantz-Schul, Gregorio Lambranzi,  
Nürnberg 1716.



nieren, sondern als selbständiges Ausdrucksmittel, das wiederum Beziehungen zu den anderen Fächern schaffen kann.

Oft haben Lehrer Angst, diesen Schritt zu wagen. Wenn Sie es wagen, einmal Tanz auf diese Weise in die Turnstunde einzubauen, wird sicher bald ein Kind fragen: Wann machen wir wieder einmal so etwas?



Der Körper kann zum Instrument werden, mit dem man Linien und Formen im Raum gestalten kann. Mime Corporel (Christian Mattis), Foto: Claudia Bernet.

### **Literaturauswahl zum Tanz**

#### *Tanzerziehung in der Primarschule*

Haselbach, B.: Tanzerziehung – Grundlagen und Modelle für Kindergarten, Vor- und Grundschule, Stuttgart 1975.

Schmolke, A./Tiedt, W.: Rhythmik/Tanz in der Primarstufe. Eine praktische Unterrichtsanleitung. Wolfenbüttel 1978.

#### *Kreativer Tanz*

Haselbach, B.: Improvisation, Bewegung, Tanz. Stuttgart 1976.

Mahler, M.: Kreativer Tanz. Praktische Anleitung mit Abbildungen und Lektionsbeispielen. Bern, 1979.

#### *Jazz/Pop/Rock/Disco*

Brunner, I.: Jazztanz, Reinbeck 1978.

Fischer-Münstermann, U.: Von der Jazzgymnastik zum Jazztanz, Celle 1977.

Krombholz, G. / Haag, P.: Richtig Rock'n Roll tanzen, München 1979.

Weber, B. und F.: Disco-Tänze, Bewegungsbeschreibungen, Niederhausen 1979.

#### *Volkstanz*

Weber, E. und Gruppe: Tanzchuchi, über 60 Tanzbeschreibungen, Bern 1981.

## **Bewege Dich einmal, lockere Dich, dehne Dich, brauche Deine Muskeln**

Hans Ulrich Beer

Jeden Halbtage, wenn möglich jede Schulstunde einmal Gymnastikpause! Erholung durch Bewegung, zum Vergnügen, zur Kräftigung und Lockerung, für «kreatives Tun und zur Selbsterfahrung»...

Die «stündliche Gymnastikpause» verwirklicht die biologisch begründete Erholungspause nach 20 bis 30 Minuten angestrenzter geistiger Arbeit in unnatürlicher Sitzlage (Änderung der Belastungs- und Druckverhältnisse an der Wirbelsäule, Entspannung, Kräftigung der Haltemuskulatur, Einübung der guten Haltung), ohne den Unterricht wesentlich zu stören oder aufzuhalten.

