

Zeitschrift: Schweizerische pädagogische Zeitschrift
Band: 9 (1899)
Heft: 3

Artikel: Der erzieherische Wert der Leibesübungen
Autor: Spühler, J.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-788738>

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: 06.02.2026

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

Der erzieherische Wert der Leibesübungen.

Von J. Spühler.

Im Erziehungswerke haben die Leibesübungen nicht zu allen Zeiten dieselbe Stellung eingenommen, ihr Ansehen bemass sich vielmehr nach der Rolle, die man dem Körper gegenüber dem Geiste zuwies, nach dem Einflusse, den man ihnen in bezug auf diese beiden Seiten des menschlichen Wesens zuschrieb, und nach der Wertschätzung, die man ihnen als Vorbeugungsmassregeln gegen gewisse Gebrechen der Zeit entgegenbrachte.

Das Mittelalter, das in seiner mönchischen Anschauung den Körper der Kasteiung weihte, hatte in seinen Schulprogrammen keinen Raum für die Leibesübungen, ja die von mönchischen Geistlichen geleiteten Klosterschulen betrachteten sie als etwas der Schulzucht Nachteiliges und verboten sie oder schränkten sie doch auf eine Anzahl schulfreier Tage ein, so vor allem St. Gallen. Günstiger stand es da, wo bewegungsfrohe Weltgeistliche, die aus dem Ritterstande hervorgegangen und unter den Turniren aufgewachsen waren, die Jugenderziehung leiteten.

Gegen die verknöcherte scholastische Gelehrsamkeit erhoben sich die Humanisten und nicht nur in der Geistesbildung, sondern auch in der körperlichen Erziehung griffen sie auf die Alten zurück.

Unter den italienischen Humanisten forderte Pietro Paulo Vergerio (1349—14282) die körperlichen Übungen, weil sie die Gesundheit erhalten und die Glieder stärken, und weil der Körper dem Geiste gehorchen lernen müsse. Vittorino Ramboldini da Feltre (1378 bis 1446) nahm mit seinen Zöglingen Leibesübungen zum Zwecke der Abhärtung vor, während Maffeo Vegio (1407—1458) von den Knaben nur leichtere Übungen verlangte, um die Kräftigung des Körpers und der Gesundheit zu fördern und um ferner den Überdruss am Studiren zu mindern, Erholung zu gewähren, die Knaben frischer und munterer zu machen und niedergeschlagenen Sinn zu beseitigen. Der Arzt Hiero-

nimus Mercurialis (1530—1606) bot in seinem berühmten Werke „De arte gymnastica“ nicht nur eine ausführliche Geschichte der alten Gymnastik, sondern gab auch den gesundheitlichen Einfluss der einzelnen Leibesübungen an.

Von den Spaniern ist Johann Ludwig Vives (1492—1540) hervorzuheben, der den Spielen das Wort redete, die dem Körper zur Stärkung und dem Geiste zur Erholung dienen sollten. Zweck jeder Pflege der Gesundheit aber sollte die Gesundheit des Geistes sein nach dem Spruche: *Mens sana in corpore sano*. Die Jesuiten sollen von Vives die Sorge für leibliches Gedeihen ihrer Zöglinge und liberale Gestattung von Erholungsspielen entlehnt haben. In Frankreich trat François Rabelais (1483—1553) für die Leibesübungen ein und nach ihm Michel de Montaigne (1533—1592), der nicht nur auf Abhärtung drang, sondern von den Leibesübungen schon eine höhere Auffassung an den Tag legte, indem er die gleichzeitige Bildung von Geist und Körper forderte. „Es ist nicht eine Seele, nicht ein Körper, den man erzieht, sondern ein Mensch. Aus dem müssen wir keine zwei machen. Und wie Platon sagt: man muss den einen nicht abrichten ohne den andern, sondern sie beide gleich führen und leiten wie ein Paar an eine Deichsel gespannte Pferde.“ Von den deutschen Humanisten und Reformatoren treten hauptsächlich Luther und Zwingli für die Leibesübungen ein; der erstere röhmt, dass sie feine geschickte Gliedmassen machen, ihn gesund erhalten und den Menschen von allerlei bösen Gewohnheiten zurückhalten, und der am Fusse des Säntis aufgewachsene Schweizer-Reformator fügt als ein weiteres Ziel bei, „das wir unser vaterland und die uns got haist, dadurch wollen beschizen“.

Der erste Erzieher, der den Gedanken der Körperpflege in den Begriff der Schule aufnahm, ist Amos Comenius (1582—1670 oder 1671), der den Satz aufstellte: „Zum Heil der Seele ist es nötig, den Körper (als die Wohnstätte und das Werkzeug der ersteren gesund zu erhalten“ und als Mittel dazu ausser naturgemässer Lebensweise Laufen, Springen, Ringen, Ballspiel, Kegeln u. s. w. empfahl. In England verlangte der Arzt John Locke (1632—1704) in seiner Gesundheitslehre die Leibesübungen als Mittel für Erhaltung und Pflege der Gesundheit, für Übung und Abhärtung des Leibes und als Unterbrechung der geistigen Tätigkeit zum Zwecke der Erholung, und Francis Fuller, ebenfalls ein Arzt, würdigt in seinem 1705 erschienenen Werke hauptsächlich den gesundheitlichen Einfluss der Leibesübungen und deren physiologische Wirkungen. Auf Lockes Standpunkt steht auch Jean Jacques Rousseau (1712—1778), doch finden wir in seinem Erziehungsroman „Emile“

schon häufig den Hinweis auf die seelischen Wirkungen der Leibesübungen. „Soll der Körper der Seele gehorchen, so muss er Kraft besitzen; ein guter Diener muss stark sein.“ „Je schwächer der Körper ist, desto mehr befiehlt er, je stärker er ist, desto besser gehorcht er. Alle sinnlichen Leidenschaften wohnen in einem verweichlichten Körper.“ „Ein kraftloser Körper schwächt auch die Seele.“ „Es ist ein erbärmlicher Irrtum, zu denken, die Übung des Körpers schade der Tätigkeit des Geistes; beide Tätigkeiten müssen neben einander hergehen; die eine muss die andere leiten.“ „Man soll nicht immer den Zögling am Gängelband führen,“ verlangt Rousseau, durch frühzeitige Übung werde sein Zögling einst die Vernunft eines Weisen mit der Stärke des Athleten vereinen.

Den Einfluss der Leibesübungen auf die Seele betonen hauptsächlich der Schweizer J. G. Sulzer (1720—1779) und der Franzose C. A. Helvetius (1715—1771). Ersterer sagt von den Leibesübungen, „sie machen die Kinder hart, herhaft, geduldig, standhaft, kühl und prägen dem Gemüte etwas Edles ein.“ Nach diesen Grundsätzen wurden im Philanthropin zu Marschlins die Leibesübungen eingeführt. Helvetius setzt der physischen Erziehung den Zweck, „den Menschen stärker, mannhafter, gesunder und daher auch glücklicher und überhaupt seinem Vaterlande nützlicher, d. h. geeigneter zu den verschiedenen Ämtern zu machen, zu denen er durch das Nationalinteresse berufen werden kann.“

Die Ideen Lockes und Rousseaus fanden ihre Verwirklichung in den Philanthropinen, in denen auch die Wurzeln des Schulturnens zu suchen sind. Es ist das „mens sana in corpore sano“, das sich durch ihre Bestrebungen hindurchzieht, und bestimmter wird nun auch der „Einfluss der physikalischen Erziehung auf die Seelenkräfte“ betont, so 1779 durch Consbruch, Professor der Medizin, und durch Vil-laume (1746—1806). Es schreibt z. B. der letztere: „Ist der Körper in schlechtem Zustande, sind seine Sinne stumpf, seine Werkzeuge grob, seine Organe schwerfällig oder geschwächt, dann wird die Seele nur schlecht entwickelt werden, sie wird langsam wirken. Ein schwacher, kränklicher, Schmerzen leidender Körper kann die Absichten der Seele nicht ausführen. Öfters noch verhindert er die Seele, Absichten zu haben. Er erfüllt sie mit Furcht, mit Zaghaftigkeit. Ein ungeübter Körper ist störrisch und will die Absichten der Seele nicht ausführen, ob er es gleich, vermöge seiner Kräfte, wohl könnte. — Der Leib muss gebildet werden, damit er die Befehle der Seele empfangen und ausführen kann.“

Von den Philanthropen sei hauptsächlich auf Joh. Chr. Fried. Guts Muths, den „Erzturnvater“, hingewiesen (1759—1839). Unter Zuziehung

zahlreicher Belegestellen aus ärztlichen Schriften sucht er vor allem den gesundheitlichen Einfluss der Gymnastik auf den Körper darzutun und verlangt von ihr, dass sie den Leib abhärtet, stähle, geschickt und behende mache. Dem Satze: „Die Gymnastik wirkt unmittelbar auf den Körper, nur mittelbar auf den Geist“ setzt F. A. Lange allerdings die treffende Bemerkung entgegen: „Als ob die Willensimpulse, Kombinationen und Massbestimmungen in den Bewegungen, ganz abgesehen von kühnem Wagen und männlichem Überwinden schreckender Sinnestäuschung, nicht eben durch und durch reine Geistestätigkeiten wären, wenn auch solche, die, in das Muskelsystem eingreifend, sich nach aussen leibhaftig darstellen.“ Dass Guts Muths übrigens die psychischen Wirkungen der Gymnastik nicht gering schätzt, geht aus allen seinen Schriften hervor; wie hübsch ist nur in seiner 1793 erschienenen „Gymnastik für die Jugend“, dem „ersten Turnbuch der Welt“, der Parallelismus in den Wirkungen der Leibesübungen durchgeführt, und in derselben Schrift hebt er als Zweckbestimmung der Gymnastik u. a. hervor: „Sie soll den Mut heben, die Gegenwart des Geistes beleben, die Tätigkeit wecken und erhalten; wir legen daher in ihre Ausführung bald so, bald so einige Gefahr, mutvolles Ausharren und einen hohen Grad von Nacheiferung“. Auf den Nutzen der Leibesübungen für die Seele macht auch G. U. A. Vieth (1763—1836), ein Zeitgenosse Guts Muths aufmerksam, der Mut werde durch sie vermehrt, die Lust zu Geistesarbeiten von neuem angefacht, und, was nicht das geringste sei, es werde durch sie die vorzeitige Entwicklung und der Missbrauch des Geschlechtstriebes zurückgedrängt. Den Übergang von den Philantropen zu Ad. Spiess, dem Begründer des neuern Schulturnens, bildet Heinrich Pestalozzi (1746—1827). In seiner Erziehungsanstalt zu Yverdon suchte er seine Zöglinge in jeder Beziehung zu gesunden, kräftigen, abgehärteten Menschen heranzuziehen; gegen die unseligen Folgen einer an der physischen Kraft des Volkes nagenden Industrie ruft er den Volksgeist der Gymnastik auf, und von der Erziehung des Kindes fordert er, dass sie es zur Kraft und Gewandtheit gelangen lasse, in allen seinen irdischen Angelegenheiten nach Erfordernis der Lage und Umstände handeln zu können. Wie die Seelen, so entwickelt er auch die Körperkräfte des Kindes methodisch und stellt letztere in den Dienst des Geistes. Durch seine Elementargymnastik soll das Kind seiner Glieder Meister werden, eine Macht über dieselben und über seinen Leib, als über das Werkzeug seiner Seele behaupten, die es fähig macht, jedem Gebot der Pflicht zu gehorchen“. Dem Zwecke, durch gymnastische Übungen „den Körper unter die Herrschaft des Geistes zu bringen und ihn zugleich zum starken,

ausdauernden Werkzeuge desselben zu machen“, redet der wirkungsvolle Verbreiter Pestalozzischer Ideen, J. G. Fichte (1762—1804), das Wort, währenddem der grosse Philosoph Imanuel Kant (1724—1814) in bezug auf die physische Erziehung der Kinder besonders auf Abhärtung, dann aber auf Aneignung von „Stärke, Geschicklichkeit, Hurtigkeit und Sicherheit“ dringt.

Friedrich Ludwig Jahn (1778—1852), der dem Turnen einen deutsch-nationalen, volkstümlichen Charakter zu geben bestrebt war, fasst im übrigen die Aufgabe der von ihm mit dem Namen „Turnen“ belegten Leibesübungen folgendermassen: „Die Turnkunst soll die verloren gegangene Gleichmässigkeit der menschlichen Bildung wiederherstellen, der bloss einseitigen Vergeistigung die wahre Leibhaftigkeit zuordnen, der Überfeinerung in der wiedergewonnenen Mannlichkeit das notwendige Gegengewicht geben und im jugendlichen Zusammenleben den ganzen Menschen umfassen und ergreifen.“ Die Turnanstalt nennt er „einen Tummelplatz leiblicher Kraft, eine Erwerbsschule mannlicher Ringfertigkeit, Erziehungsnachhülfe, Gesundheitspflege und öffentliche Wohltat.“

Franz Passow (1786—1833), der seine warme Verteidigung des Turnwesens mit einer achtwöchentlichen Haft büsst, urteilt: „Eine höchst mögliche Gleichkraft in der Beherrschung und im Gebrauch aller Glieder bleibt, wie das Seltenste, so auch das Wünschenswerteste und das wahre Ziel aller Übung“, und kurz vor dem Ausbruch der Turnsperrre nimmt der Gymnasialdirektor A. F. Bernhardi (1769—1820) das Turnen als Korrektiv der Weichlichkeit, der Folge ausschliesslicher psychischer Tätigkeit, warm in Schutz.

Während der Turnsperrre tritt der berühmte Theologe D. Schleiermacher (1768—1834) für die Kraft und Gewandtheit schaffenden gymnastischen Übungen ein, namentlich auch, weil sie den jungen Leuten Gelegenheit zu passender Erholung bieten, und in der ersten öffentlichen Kundgebung des preussischen Ministeriums seit Auflösung der Turnplätze anerkennt es (1827), dass in den Lehrerseminarien auf die Leibesübungen gebührend Rücksicht genommen werden soll und zwar: 1. schon um der Gesundheit des Zöglings willen; 2. um des leiblichen Geschickes und guten Anstandes willen; 3. auch um seines Berufes willen.

Vollständiger sind nirgends die psychischen Wirkungen des Turnens dargestellt worden als 1830 von Dr. Karl Friedrich Koch (1802 bis 1871), in seiner „Gymnastik aus den Gesichtspunkten der Diätetik und Psychologie“, und eine treffliche Ergänzung dazu bildet die 1836 erschienene, weit berühmter gewordene Arbeit Dr. Karl Ignaz Loriners (1796—1853): „Zum Schutz der Gesundheit in der Schule“,

welche die Aufmerksamkeit den Körperübungen als Gegenmittel gegen das schädliche Schulsitzen zulenkte.

In der Denkschrift Hans Ferdinand Massmanns (1797—1874): „Über Einrichtung einer allgemeinen öffentlichen Turnanstalt in München“, 1828, ist namentlich auch des erzieherischen Wertes des Turnens gedacht. „Das Turnen wird durch das Hinausführen in die freie Schöpfung, durch das Vertrautwerden mit ihr, durch das Ertragen und Überwinden ihres Wechsels und Widerstandes, durch Stählung gegen ihre Strenge, durch besondere Stärkung der Muskeln und Nerven, durch Wiedergewinnung einer allgemeinen gesunden und fröhlichen, den Geist nie störenden Leiblichkeit, durch Entwickeln von Wachheit, Schärfe und Wahrheit der Sinne, durch Anforderung der Ausdauer und Beharrlichkeit, Selbstanstrengung und Entzagung, Mangel und Entbehrung, Besonnenheit und Mut, die schönste Schule zur Erweckung vieler schlummernder Seelenkräfte und Tugenden, vor allem der Willens- und Tatkraft. Durch die innere Ordnung und Aufeinanderfolge der Übungen, durch das fröhliche Gewimmel aller Alter, durch das Zusammenleben vieler, die Gleichheit des freudigen Strebens, durch das Wettkampfen in jeder Übung und gleiches Erleben und Ertragen, entspringt der Jugend eine neue Quelle des frischen Seelengenusses, des gesunden Wetteifers, des willigsten Ordnungssinnes. So wird das Jugendleben ein Vorspiel und Spiegel des späteren Männerlebens.“

Adolf Spiess (1810—1858), der im Gegensatze zu Massmann das Turnen in den Organismus der Schule einbezog, verfolgt mit dem neuen Unterrichtsfache hauptsächlich erzieherische Zwecke; er betrachtet es nicht als Erholungsmittel, sondern als Bildungsmittel für Geist und Leib in dem Sinne, dass der letztere zum gefügigen Werkzeuge des ersten werde. „Das Wesen des Menschen befasst weder einen leblosen Geist, noch einen geistlosen Leib allein, sondern vielmehr einen lebendigen Leib und lebhaften Geist zugleich, die beide gemeinschaftlich verbunden, einig und eines sind im Leben auf Erden. Darum wollen auch Ordnung und Zucht wie überhaupt alles Sittliche, eine leibliche Unterlage haben.“

Es mag wohl für den vorliegenden Zweck genügen, mit dem Begründer des neueren Schulturnens abzuschliessen. Was sich aus der geschichtlichen Darlegung der Turnziele ergeben hat, darf wohl dahin zusammengefasst werden: Die ursprünglichen Turnziele waren hauptsächlich auf die Gesundheitsförderung des Körpers, auf dessen Abhärtung und vollständige Durchbildung gerichtet. Nach und nach gelangten die psychischen Wirkungen der Leibesübungen zu höherer Wertschätzung,

und vielerorts sind heutzutage die gesundheitlichen Turnziele durch die stärkere Betonung des Erziehungszweckes in den Leibesübungen zurückgedrängt worden.

Diese einseitige Betonung des erzieherischen Zweckes gegenüber den ursprünglichen Turnzielen, der wir in Schriften von Spiessens Nachfolgern begegnen, hat der Opposition gerufen, und der Kampf, der geraume Zeit schon zwischen den Verfechtern der verschiedenen Richtungen des Turnens entbrannt ist, hat die wohlätige Folge gehabt, dass die seit Jahrhunderten namhaft gemachten Wirkungen der Leibesübungen auf ihren wirklichen Wert geprüft und in ihrem gegenseitigen Verhältnisse abgewogen wurden, dass gesucht wurde, das Entwicklungsbedürfnis der verschiedenen Lebensalter festzustellen und darauf gestützt, jedem die ihm gebührende Turnkost zuzuweisen. Diese Arbeit ist erst begonnen, keineswegs abgeschlossen, sie muss und wird in der Art gelöst werden, dass die beiden Seiten des menschlichen Wesens aus der Pflege der Leibesübungen den ihnen zukommenden Vorteil ziehen.

Die verschiedenen Wirkungen der Leibesübungen nachzuweisen ist von ungleicher Schwierigkeit. Den Beweis dafür zu erbringen, dass sie die Körperorgane ausbilden, den Leib stark und gewandt machen und die Gesundheit fördern, ist so schwer nicht. Durch exakte Messungen können wir eine Zunahme des Muskelumfanges feststellen, das Wachsen seiner Kraft lässt sich durch sukzessive ausgeführte Arbeitsleistungen (z. B. Beugen und Strecken) kontrolliren oder mit dem Dynamometer konstatiren; durch das Spirometer kann nachgewiesen werden, ob die Fähigkeit der Lunge, Luft aufzunehmen, gewachsen ist; eine Zunahme der Geschicklichkeit infolge von Übung ist augenscheinlich, übrigens lässt sich durch genaueste Messungen der Nachweis erbringen, dass durch sie die Zeit von der Erteilung eines Auftrages bis zu dessen Ausführung abgekürzt wird. Auch der gesundheitliche Einfluss des Turnens ist nachweisbar, werden doch von dem durch letzteres erzeugten stärkeren Blutstrom die lähmenden „Ermüdungsstoffe“, die schädigenden „Schlacken“, Endprodukte der Verbrennung, gründlich aus dem Körper ausgeschieden, und im ungestörten Schlaf, den angemessene Leibesübungen immer im Gefolge haben, findet die vollkommenste Restauration der Körper- und der Geisteskräfte statt.

Schwieriger schon ist es mit dem Nachweise der psychischen Wirkungen des Turnens bestellt. Wäre man von deren Vorzüglichkeit überzeugt gewesen, so hätte ja keine Turnsperrre verhängt werden können, und hätten Männer wie Bernhardi und Schleiermacher das Turnen nicht gegen den Vorwurf der Verrohung in Schutz nehmen müssen, und das

Vorurteil, gegen das die Turnvereine so oft noch anzukämpfen haben, beruht wohl nicht auf einer übertriebenen Wertschätzung der erzieherischen Wirkungen des Turnens.

Gewiss sind diese letzteren schon vielfach in der Art überschätzt worden, dass ihnen Erfolge gut geschrieben worden sind, die entweder dem Zusammenleben ideal-alteriger Jünglinge oder dem Schulleben überhaupt oder auch andern Unterrichtsfächern eignen, und da der Nachweis der psychischen Wirkungen der Leibesübungen überhaupt ein schwieriger ist, so ist eine gewisse Objektivität in Untersuchungen und Ableitungen geboten.

Welchen erzieherischen Gewinn ziehen wir denn aus den Leibesübungen? Erzieherisch wirkt schon das Leben und Treiben auf dem Turn- und Spielplatze; einmal stillt es das Geselligkeitsbedürfnis, dessen Befriedigung in den meisten übrigen Unterrichtsstunden zurückgedrängt wird; dann veranlasst es die Schüchternen und Insichgekehrten, die Träumerischen und Mürrischen, aus sich herauszutreten, sich am Tun der ganzen Turngesellschaft zu beteiligen, und der Frohsinn, der sich als Folge ungezwungenen Tuns einstellt, ermuntert sie, sich mehr und mehr von ihrem verschlossenen Wesen abzuwenden und ihr Herz zu öffnen. Diese Erfolge kommen zwar auch dem zwanglosen Beisammensein vor und nach der Schule, sowie während der Pause zu, allein es ist doch leicht ersichtlich, dass sich dort gerade schüchterne und insichgekehrte Naturen abschliessen und verkriechen, während sie im Turn- und Spielleben mit den Kameraden in Verkehr treten müssen.

Freudespendend wirkt das Turnen auch noch aus zwei anderen Gründen. Der Frohsinn ist im Knaben- und Jünglingsalter der Ausdruck körperlicher und geistiger Gesundheit und er wird durch das Turnen einmal dadurch gefördert, dass es die Unterbrechung der körperlichen Gesundheit seltener macht. Dann ist Freude und Frohsinn aber auch die Frucht der schnellen, gewandten und künstlichen Körperbewegung auf den Übungsplätzen. Dieses Gefühl lässt sich einem Nichtturner nicht beschreiben, aber jeder, der geturnt hat, behält die Zeit, da er Kraft und Geschicklichkeit augenscheinlich wachsen sah, wo er den Stein zum ersten Mal aushob, wo ihm der Felgaufschwung, die Kippe, die Riesenfelge, der Handstand, der Grätschsprung zum ersten Mal gelang, als die glücklichste seines Lebens in der Erinnerung. Schon Guts Muths hat diesen psychischen Gewinn aus körperlicher Übung hoch geschätzt, schreibt er doch in seiner 1793 erschienenen „Gymnastik für die Jugend“: „Unmittelbare Folge der körperlichen Gesundheit ist Heiterkeit des Geistes.“

Nehmt sie dem Menschen, und er ist auf einmal verarmt, sein Geist gelähmt; ihm scheint die Erde ein Jammertal, die Natur eine Wildnis; aus seinem Herzen verschwinden dann allmälig das Wohlwollen gegen seine Brüder; schonende Liebe, reizendes Zuvorkommen werden ihm fremd, sein Geist kämpft mit trüben Aussichten, mit schwarzen Besorgnissen. Mit ihr sinkt die Hauptstütze seiner Gesundheit. Aber was wollt ihr mit Kindern, mit Knaben, mit Jünglingen im Gewande der Traurigkeit, mit den schmerzverratenden Zügen des erzwungenen Lächelns, mit jungen Menschen ohne Heiterkeit, im Lebensalter, wo alles um sie herum paradiesisch sein sollte? Ihre Geistesbildung, ihre Fortschritte in Kenntnissen, die Form ihres Herzens, das Gedeihen ihres Körpers beruht auf Fröhlichkeit und Freude. — Genug! Wahrlich, wenn die Gymnastik weiter nichts, gar nichts bezweckte, als Gesundheit und Frohsinn, so müssten wir sie zur allgemeinen Sitte erheben.“

Dass die Wissenschaft diese Ansicht bestätigt, schliesse ich aus einem kurzen Billet, mit dem mich vor zwei Jahren Hr. Dr. Gaule, Professor der Physiologie an der Universität Zürich erfreute; es lautete: „Wer den Menschen nicht bloss zum Gelehrten, sondern wer ihn zum Helden, zum Spender der Glücksempfindung an sich und seinen Mitmenschen erziehen will, der wird das Turnen nicht entbehren können, denn nur aus der vollkommenen Beherrschung des Körpers durch das Nervensystem entspringt das Gefühl der Kraft und Schönheit, das allein glücklich und stark macht. Das haben schon die Griechen eingesehen.“

Das Jugendleben in Schule und Verein bietet überhaupt Gelegenheit, edle Freundschaft zu pflegen, der auf dem Turnplatz geschlossenen kommt aber ein besonderer Zug der Intimität zu. Schon deshalb, weil ein ungezwungener Verkehr Platz greifen kann, dann aber besonders darum, weil im Turnerleben einer auf den andern angewiesen ist. Wenn eine neue Übung erlernt wird, und der Freund nicht müde wird, sie vorzuzeigen und mit seiner Freundeshand jede Gefährdung, jede Schädigung fern zu halten, so prägt sich die Erinnerung daran tief in ein empfängliches und dankbares Herz ein.

Das Turnen ist nicht das einzige Unterrichtsfach, das an gemeinsames Tun gewöhnt, das Chorsingen z. B. erzielt diese Wirkung wohl auch, aber es hat das Turnen vielleicht den Vorteil, dass der Störefried sofort erkannt und zur Korrektur seines Verhaltens gezwungen werden kann. Weil die Spielgenossen unverträglichem Wesen abhold sind, und da dieses obendrein den Erfolg des Spieles beeinträchtigt, korrigirt das Spielleben unverträgliche Naturen und macht sie verträglich.

Alle Schulfächer haben die Aufgabe, den Schüler an ein gewisses geordnetes Wesen zu gewöhnen und den Schüler mit Abneigung gegen regelloses und ungeordnetes Treiben zu erfüllen. Sollte dies nicht einem Schulfache in vorzüglicher Weise möglich sein, bei dem auf präzises Antreten, auf genaue Richtung im Stehen und Gehen, auf Innehalten der vorgeschriebenen Distanzen konsequent geachtet wird? Und ist nicht schon manchem Jüngling, der vom „Flaniren“ und „Bummeln“ erfasst war, auf dem Turnplatze wieder der Sinn für ein geordnetes Wesen erwacht?

Unbestritten ist dem Turnen der Vorzug, dass es wie kein anderes Unterrichtsfach an Aufmerksamkeit und scharfe Beobachtung gewöhnt. In den Gemeinübungen verrät sich der unaufmerksame Schüler sofort, während er in andern Unterrichtsfächern nur zu oft den Lehrer durch eine erheuchelte Aufmerksamkeit zu täuschen weiß. Präzise Beobachtung allein an sich und andern ermöglicht das Gelingen einer Übung, und da dabei Erfolg und Misserfolg dem Ausführenden selbst klar vor Augen treten, und da ferner der Erfolg befriedigt, jeder Misserfolg aber Unlust zur Folge hat, so wird Aufmerksamkeit und scharfe Beobachtung durch das Turnen wirksam gefördert.

Dass diese Gewöhnung an sinnliche Wachheit auch die Beförderung der intellektuellen Bildung wirkungsvoll vorbereitet, liegt auf der Hand.

Die körperlichen Übungen nehmen ganz andere Bezirke und Bahnen des Grosshirns in Beschlag, als die geistige Tätigkeit, so dass die Territorien der letzteren in eine Art Ruhezustand versetzt werden und sich erholen können, um nachher desto leistungsfähiger zu sein. Die so erzielte Erholung von spezifischer Geistesarbeit ist eine weitaus vollständigere, als die durch körperliche Ruhe erzeugte, weil die durch letztere hervorgebrachte Ablenkung des Geistes von seinem Arbeitsgebiet nie eine genügende, nie eine vollständige ist. Es ist dies ein wichtiger Faktor, der von denjenigen übersehen wird, die als Mittel zu geistiger Erholung einfach Ruhe empfehlen.

Wenn durch Leibesübungen die überreizte Phantasie mit allen ihren Ausschreitungen und Gefahren beschränkt wird, so wird sie anderseits durch die Vielheit der Bewegungsformen und die Mannigfaltigkeit ihrer Verbindungen unter einander zur Betätigung angeregt und von ihrer auf das Individuum nachteilig wirkenden Entfaltung abgezogen.

Dass die „sitzgebankte Lernschule“ mit ihrer vielen Sitzarbeit den Tätigkeitstrieb der Jugend zurückdrängt, kann nicht bestritten werden; bekanntlich ist ja der Schüler der brävste, der seinen Bewegungs-

trieb am besten zu bemeistern versteht, während derjenige, dessen Tätigkeitstrieb sich mit Macht gegen dessen Unterdrückung sträubt, der Schrecken vieler Lehrer ist. Neben den Unterrichtsfächern, welche die manualen Fertigkeiten der Schüler üben, ist es hauptsächlich das Turnen, das den Tätigkeitstrieb sich äussern und sich entfalten lässt und ihn in richtige Bahnen lenkt.

Eine erhöhte Wertschätzung müsste dem Turnen zu teil werden, wenn nachgewiesen werden könnte, dass ihm auch ein *sittlich moralischer* Gewinn entspringt. Versuchen wir diesen Nachweis. Allen Lehrern sind jene Schüler bekannt, die nur oder doch vorzugsweise vom Einblasen guter Nachbarn leben, und deren schriftliche Arbeiten nur unter Nachhilfe eines Mitschülers, der Geschwister oder der Eltern zu stande kommen. Die so sich ausbildende Unselbständigkeit ist ein böses Angrubinde für den Kampf ums Dasein, darum sucht sie jeder Erzieher im Entstehen zu verhindern oder, wenn schon entstanden, auszutilgen und seinen Zögling selbständig zu machen. Ein trefflicher Verbündeter in diesem oft hartnäckigen Kampfe ist das Turnen. Da sieht der Schüler auf einmal, dass das System des Einblasens in seiner Wirkung versagt, und dass jeder Erfolg ehrlich erarbeitet werden will. Von der Macht der Verhältnisse gezwungen, strengt er seine Kräfte an und sieht zu seiner Befriedigung selbst erarbeitete Erfolge; das Selbstvertrauen erwacht, wächst heran und beseelt ihn allmälig derart, dass er auch seine Geisteskräfte besser anstrengt. *Erziehung zur Selbständigkeit* ist also die Wirkung des Turnens.

Grosse Feinde menschlicher Glückseligkeit sind *Selbstsucht und Neid*. Beide werden durch das Turnen erfolgreich bekämpft. In den Wettkämpfen des Schwingens und Ringens und im Spiel, wo selbstsüchtige Absichten zur Erreichung eines Vorteils sich nur zu gerne hervorwagen möchten, bestehen bestimmte ehrne Gesetze, deren Übertretung auch von Unbeteiligten sofort wahrgenommen wird und dem Übertreter Unehre und Schande einträgt. Und wie sollte der blasse Neid auftreten können einem Kameraden gegenüber, der wie ich, alles, was er turnerisch leistet, ehrlich erarbeiten musste! In der Tat ist der Neid in den Reihen der Turner ein seltener Gast, und mit dem Händedruck, mit dem zwei Schwinger oder Ringer auseinander geben, bekundet doch der Unterlegene, seinem Besieger nichts nachtragen zu wollen.

Die Resultate, die durch das Turnen in Ausdauer, Kraft und Geschicklichkeit erzeugt werden, haben den Vorteil, ihrer Konkretheit und Anschaulichkeit wegen leicht mit einander verglichen werden zu können. Da zeigt sich denn etwa, dass die Leistungen eines Kameraden, den

man aus verschiedenen Gründen andern nachgestellt hat, bessere sind als die der letztern, ja als die eigenen, und es gewinnt der etwas scheel angesehene in unsren Augen; so erhöht also das Turnen die Wertschätzung anderer.

In seiner Anschaulichkeit hat es aber auch den Vorteil, dem Turner klar zu machen, welche Stellung er selbst seinem Können nach unter den Turngenossen einnimmt. Den Schüchternen und Verzagten lehrt es, dass sich seine Leistungen sehr wohl neben denjenigen anderer sehen lassen dürfen; die Erfolge heben seine Zuversicht und lassen seine Kräfte zu erfreulicher Entfaltung kommen. Dem zur Überhebung geneigten Knaben oder Jüngling predigt die Vergleichung seines Könnens mit derjenigen anderer Bescheidenheit, und sollte er selbst eine richtige Vergleichung nicht ziehen können, seine Kameraden tun es schon, und solche Urteile oder der Spruch des Kampfgerichtes haben schon manchen sein Können überschätzenden Turner auf den Horizont reduziert und ihm Bescheidenheit beigebracht. Dass das Turnen geeignet ist, korrigirend auf den Charakter des Störrischen oder Eigensinnigen einzuwirken, soll nur angedeutet sein. Trotz aller Belehrung eine den Kräften nicht angepasste Übung oder eine passende Übung mit unpassendem Griff oder in ungeeigneter Kleidung durchaus vornehmen zu wollen, führt oft zu so konkreten Misserfolgen, dass diese für geraume Zeit Hemmungsvorstellungen von genügender Deutlichkeit und Schärfe zu erzeugen geeignet sind.

Was das Turnen allen andern Unterrichtsfächern gegenüber voraus hat, das ist sein gewaltiger Einfluss auf die Bildung des Mutes, der Besonnenheit, der Geistesgegenwart, der Entschlossenheit, überhaupt auf die Willensbildung. Die Grundeigenschaft des Charakters, „die uns fähig macht, zu wagen und zu leiden“, ist der Mut. Nun sagt schon Rousseau: „Das Studiren erschöpft die Lebensgeister und entkräftet den Mut“; eine richtig geleitete Erziehung darf darum die Ausbildung des Mutes durchaus nicht vernachlässigen. Als dessen allgemeinste Quelle nennt Dr. C. F. Koch einen kräftigen, gewandten, rüstigen und schnellen Körper, und dass das Turnen diese Quelle reichlich fliesen lässt, bedarf wohl keines Nachweises. Allerdings hat der Mut noch andere Quellen, so die häufige Wiederkehr einer Gefahr und die Begeisterung. Der Soldat, der Arzt, der Krankenwärter und viele unserer Bauhandwerker oder Besorger gefährlicher Maschinen achten der von ihrem Berufe drohenden Gefahren nicht mehr und legen in der Verachtung dieser einen Mut an den Tag, dem wir unsere Anerkennung und Bewunderung nicht versagen können. Indessen darf diese Art des Mutes wie auch die aus

Enthusiasmus hervorgegangene nicht Gegenstand der Erziehung sein, weil beide Arten leicht in Tollkühnheit übergehen. Der echte Mut tritt bei ungetrübtem Bewusstsein und klarem Überblicken, mit Ruhe und Besonnenheit und in dem Gefühle seiner Kraft der Gefahr entgegen. Dieser Mut ist das schöne Ziel einer vollkommenen physischen, intellektuellen und moralischen Bildung. (Dr. C. F. Koch.)

Sehen wir zu, in welcher Weise die Erziehung des Willens durch das Turnen gefördert werden kann. „Das erste, was man ein Kind lehren muss, sobald es sich seines Willens bewusst geworden, ist zu wissen, was es will; es muss ein Ziel haben“. (F. Guex). Mit einer gewissen Klarheit muss dieses Ziel erfasst werden, und Klarheit muss auch herrschen in bezug auf die zur Erreichung erforderlichen Mittel. In der Regel sind nun die entweder selbst gestellten oder von andern gegeben turnerischen Aufgaben leicht zu erfassen, und klar sind dem Turner auch die zur Verfügung stehenden Mittel. Wenn er vor dem Reck steht, weiss er ganz sicher, dass ihn alles Jammern und alles Lamentiren nicht hinaufbringt, sondern nur ein Knie- oder ein Felgaufschwung. Befindet er sich einem Gegner gegenüber, so ist er vollständig überzeugt, dass diesen die Rezitation des längsten Heldenliedes nicht zu Falle bringt, wohl aber ein energisches Kurzziehen oder ein rascher Halsschwung. — Hat der Schüler gelernt zu wollen, so muss er lernen, durch das Fassen eines Entschlusses, das Gewollte zu erreichen, und da ist mit aller Energie die Unentschlossenheit und Unentschiedenheit als grosser Charakterfehler zu bekämpfen. Erfolgreich kann dies mittelst des Turnens geschehen. Fördernd wirkt dabei schon gemeinsames Tun. Wer hätte nicht schon beobachtet, wie vielen Schülern oder jungen Turnern die Kraft zum Entschlusse mangelte, eine neu auftretende Übung zu versuchen. Zaghafthaben sie den Ersten zu, unentschlossen den Folgenden, und wäre die Möglichkeit, sich zu drücken, vorhanden gewesen, sie hätten es getan. Nun beobachteten sie aber, dass Kameraden, die gar nicht geschickter sind als sie, ihre Sache ganz ordentlich gemacht hatten, und da sie sich doch schämten, diesen nachzustehen, wagten sie es, und siehe — es gelang, es hatten sich Kräfte und Fertigkeiten eingestellt, an deren Vorhandensein die Schüler gar nicht gedacht hatten. An diesen ersten Schritt reiht sich ein zweiter. Der Erfolg hat gezeigt, dass die nötigen Mittel zur Ausführung des Entschlusses vorhanden sind, das Zutrauen in die eigene Kraft ist erwacht, und das Gelingen hat Befriedigung geweckt. Das zweite Mal geht es schon leichter, das Selbstvertrauen wächst, und die Entschlossenheit nimmt zu.

Man könnte nun allerdings einwerfen, in der weitern Folge der Entwicklung trete ein übergrosses Vertrauen in die eigene Kraft, trete Tollkühnheit auf. Dies ist aber keineswegs der Fall. Der Turner hat die Erfahrung gemacht, dass das Gelingen seiner Übung von der Beobachtung vieler Vorsichtsmassregeln abhängig war. Diese gewöhnt er sich an, und so führt sein Tun gerade zum Gegenteil, zur Besonnenheit. Selten verunglückt darum ein durchgebildeter Turner, oder wenn doch, meist nur, wenn die Gründe dazu nicht in ihm selbst liegen. Besonnenheit und Geistesegenwart sind gerade die charakteristischen Eigenschaften eines richtigen Turners. — Was dem Turner für die Willensbildung nun weiter zu statthen kommt, ist der Umstand, dass der Entschluss oft blitzschnell gefasst werden muss. Stehen zwei Fechter einander gegenüber, so folgt Hieb auf Hieb und zwischen hinein unverzüglich die passende Parade, und bei zwei Ringern erfordert jeder erneute Angriff einen raschen Entschluss zu einer erfolgreichen Abwehr, und jede Schwäche des Gegners, jede Blösse, die er sich gibt, will sofort ausgenützt sein. Das Üben an den toten Geräten erfordert diesen raschen Entschluss ebenfalls, gilt es doch auch, den Körper plötzlich durch eine passende Bewegung in eine sichere Gleichgewichtslage zu bringen, diese Momente plötzlicher Entschliessung folgen sich vielleicht nur seltener als da, wo lebendige Kraft lebendiger Kraft gegenübersteht.

Will der Lehrer feste Charaktere bilden, die es verstehen, zu wollen und zu handeln, so muss er den Willen seines Zöglings festigen, denn „Willensschwäche ist ein grosses Unglück; es gibt nur ein grösseres, gar keinen Willen zu haben.“ (F. Guex.)

Da nun ein richtig geleiteter Turnunterricht den Körper anstrengt, so bereiten diese Anstrengungen schlaffen, weichlichen Naturen Unlust; um doch dem Lehrer aber keinen Anlass zu einer tadelnden Bemerkung, den Mitschülern keine Gelegenheit zum Auslachen zu geben, wenden sie vermehrte Willensimpulse auf, und das Resultat davon ist die Erwerbung einer grössern Summe von Willenskraft.

„In der Tat“, sagt F. Guex, „fortgesetzte, auf dasselbe Ziel gerichtete Anstrengungen, das ist die Gymnastik, die am sichersten zur Stählung des Charakters und zur Besiegung der Instinkte durch den Willen führt.“ Und ein anderer Pädagoge, Dr. J. Küppers, führt mit folgenden Worten aus, dass die beim Turnen erworbene Willenskraft auch für das Berufsleben, für das ganze sittliche Verhalten, von Vorteil sei. „Wenn wir gelernt haben, unsre Willenskraft tüchtig anzustrenzen, so erstarken wir auch für andere Kämpfe mehr sittlicher Natur. Wir haben uns eine gewisse Menge Willenskraft in Vorrat ge-

bracht. Das feste Wollen in der Ausführung der Leibesübungen setzt uns in den Stand, das Sittliche zu verwirklichen. Die mit dem Turnen erreichte Kraft, Ausdauer und Gewandtheit, also die Herrschaft des Willens über den Leib, befähigt den Menschen, auch die durch eben diesen Leib zu vollziehenden sittlichen Aufgaben leichter auszuführen.“ Treffend äussert sich ein Physiologe, Prof. Dr. Grützner in Tübingen, über die Bedeutung der durch das Turnen erworbenen moralischen Kraft. Seine Erfahrungen als Militärarzt im deutsch-französischen Kriege haben ihn zu folgendem Urteile gelangen lassen: „Ich behaupte, dass im Ernstfalle die moralische Kraft, der Wille des Mannes, oft mehr wert ist als die physische Kraft. Und gerade diese moralische Kraft kann meines Erachtens durch nichts besser und methodischer geübt werden, als durch Turnübungen, die man sich nur durch intensive Willensanstrengung zu eigen machen kann und durch Unterordnung des eigenen Willens unter einen fremden, wie dies namentlich in den Freiübungen geschieht.“

Wie tüchtige Leibeszucht zur Charakterbildung mithilft, hat 1890 Seminardirektor Dr. J. Küppers auf der rheinischen Turnlehrerversammlung gezeigt. Er führte aus, das Ziel der Charakterbildung sei, dass der Mensch zu einer freigewollten Sittlichkeit komme und immer nach diesen sittlichen Grundsätzen handle. Aber dieser Weg sei weit, er führe nur unter vielfältigen Gefahren und Versuchungen ans Ziel.

Die meisten Menschen werden, so sagt Dr. J. Küppers, durch Gewöhnung erzogen; sie üben das Gute nur mechanisch, indem sie die herrschenden guten Sitten mitmachen; die Gewohnheit, der Wille anderer halten sie in bestimmten Schranken. Ein ungünstiger Zufall, eine Versuchung kann freilich einen Bannbruch zur Folge haben. Diese Sittlichkeit entbehrt des frischen Lebenshauches, diese Stufe der Charakterbildung ist noch keine vollkommene, und gerade da kann das Turnen oft mit Vorteil eingreifen.

Junge Leute, welche durch das Schicksal von Ort zu Ort, von einer Schule in die andere gehetzt werden, verlassen diese Bildungsstätte oft ohne tiefere Charakterbildung und leiden dann Schiffbruch. Solche Halberwachsene ziehen für ihre Charakterbildung Nutzen aus einem gut geleiteten Turnverein. Da fällt manch gutes Wort unter Kameraden; das gute Beispiel spornt an, besonders aber wird durch den stufenweisen Fortschritt der Wille gekräftigt, und eine gewisse Selbstständigkeit und Gesetztheit des ganzen Wesens, grössere Leistungs- und Widerstandsfähigkeit im Leben und im Berufe ist das oft erzeugte Er-

gebnis dieser selbst gewollten Erziehung. Denn die Einordnung in ein lebensvolles Ganzes, die freiwillige Unterordnung unter den Befehl eines unbedingt Gebietenden, die Eingliederung in eine vernünftigen Zwecken sich widmende Körperschaft bewirkt, dass der Einzelne nicht nur passiv diesen Zwecken dienstbar wird, sondern sie in ihrem vernunftmässigen Wesen auch zum Gegenstande des eigenen Wollens macht.

Jeder Lehrer kennt jene flatterhaften, zerstreuten Schüler, die Auge und Ohr immer an andern Orten haben, als wo es nötig ist. Sonst gut geartet und ohne weitere Charaktermängel, geraten sie ohne feste Leitung aus dem Geleise. Für diese ist das Turnen wegen seiner energischen Wirkung auf den Willen, besonders wegen der Anforderungen, die es unerbittlich an die Aufmerksamkeit stellt, vorzüglich. Alle rhythmisch betriebenen Frei- und Stabübungen wecken beim zerfahrenen Schüler Besonnenheit und Geistesgegenwart, verleihen ihm Lust am sichern Auftreten und straffer Haltung. Spielend und stufenweise steigert sich seine Willenskraft, indem er lernt, sich zusammenzunehmen, und erfährt, welche Lust es ist, etwas zu können. Auch den Schüchternen gereicht das Leben und Treiben auf dem Turn- und Spielplatz zum Vorteil. Wird ihre Scheu durch die fröhliche Geselligkeit des Turnens und des Spieles nicht überwunden, so werden die Schüchternen leicht misstrauische Duckmäuser, die sich zwischen den Schulbänken zu Lügnern und Heuchlern entwickeln, welche sich bei jeder Arbeit drücken, die eine grössere Anstrengung erfordert. Im Verkehr mit Schülern von frischem Humor wird ihnen ihre schleichende, heuchlerische Art verächtlich, und sie streifen das Schiefe, Zweideutige ihres Wesens ab. Der Musterknabe endlich, der durch Einprägung von guten Grundsätzen erzogen wird, wie häufig erliegt er der Versuchung; seine angelernten Grundsätze halten nicht stand, weil der Wille zu ihrer Durchführung nicht gehörig ausgebildet ist. Durch Steigerung des Mutes in Gefahr und Anstrengung, in Abwehr und Angriff, in Abhärtung gegen Ungemach, im Verbeissen der Schmerzen wird der Geist zur Sittlichkeit gestärkt.

Halten wir einen Überblick über die durch das Turnen erreichten erzieherischen Einwirkungen, so sehen wir, dass die einen davon durch andere Unterrichtsfächer oder durch das Schulleben überhaupt auch erreicht werden. Was wir mit dem Turnen aber vor allem bewirken können und sollen, das ist eine intensive Willensbildung als notwendige Ergänzung unserer Geistesbildung. Unsere Erziehungswissenschaft darf ja nicht auf halbem Wege stehen bleiben. Sie erfüllt den Zögling allerdings mit ethischem Gehalt; sie führt ihn ein in die Gesetze der Sittenlehre, sie zeigt ihm in hervorragenden

Männern der heiligen wie der profanen Geschichte, sowie in den Schöpfungen unsrer bedeutendsten Dichter Gestalten, an denen sich sein Charakter emporranken soll, aber sie darf es nicht unterlassen, den Zögling mit der nötigen moralischen Kraft auszurüsten, das als gut und wahr Erkannte unter allen Umständen auch zu vollbringen; sie hat wohl zugegeben, dass „der Zweck aller Erziehung nicht die Bildung eines vielwissenden Individuum, sondern die eines im Lebenskampfe standhaltenden Charakters sein müsse“, aber nur zu oft unterlässt sie es, den zutreffenden Schluss zu ziehen, nämlich durch eine tüchtige physische Erziehung den Diener in den Stand zu setzen, den Auftrag des Herrn jederzeit und ungesäumt zu vollziehen. „Erziehung zu wollenden Menschen, zu Charakteren, ist ohne tüchtige Leibeszucht nach dem heutigen Stande der Naturwissenschaften ein Ding der Unmöglichkeit.“ (Dr. Rolfs.)

Diese willenbildende und willenkräftigende Einwirkung ist es nun in der Tat, welche einsichtige Jugenderzieher vom Turnen als eine Hauptwirkung erhoffen und erwarten.

Seminardirektor F. Guex stellt dem Turnunterrichte geradezu in dieser Hinsicht die Hauptaufgabe, wenn er sagt:

„Der Turnunterricht umfasst alles, was jene innere Kraft entwickeln kann, die uns gegen die Natur, gegen die Aussenwelt reagiren lässt, alles das, was in uns jene innere Energie unterhält, von der die körperliche Aktivität nur eine Anwendung ist, und ohne die es weder moralische Aktivität, noch Willen, noch auch demgemäß Charakter gibt. Mit einem Worte, die Turnkunst hat, richtig aufgefasst, die Aufgabe, den tatkräftigen Menschen zu bilden, und Tatkraft muss einen Charakterzug jedes Menschen ausmachen, wenn er vollen moralischen Wert besitzen soll. Ohne diese läuft das Geistesleben selbst Gefahr, in Trägheit und Unfruchtbarkeit zu erschlaffen. Die Neigung der Seele zu männlicher Tat bewahrt vor Verführungen und Weichlichkeit und bringt die Körperkräfte zu einer äusseren Betätigung von anziehender Mannigfaltigkeit.“

Es leuchtet nun ein, dass unter der Fülle der Leibesübungen nicht alle dem vorgenannten Zwecke in gleicher Weise dienen. Bevor wir aber unter ihnen eine richtige Auswahl treffen können, müssen wir zuerst im klaren sein über ihren erzieherischen Wert. Wenn es nun durchaus nicht leicht ist, die Leibesübungen nach dieser Hinsicht scharf

zu systematisiren, so wollen wir doch den Versuch wagen, sie ihren psychischen Wirkungen nach zu gruppiren.

Einmal lässt sich sagen, dass allen als Gemeinübungen betriebenen Übungen folgende erzieherische Wirkungen zukommen:

1. Schärfung der Aufmerksamkeit.
2. Unterwerfung des eigenen Willens unter einen fremden.
3. Gewöhnung an gemeinsames Handeln.

Da die Ordnungsübungen ja immer eine Gemeinschaft mehrerer voraussetzen, so kommen ihnen diese Wirkungen jedenfalls zu, und sie mögen darum von guter Wirkung auf flatterhafte Schüler sein. Dieselben Vorteile eignen auch den als Gemeinübungen betriebenen Frei- und Stabübungen, sie übertreffen aber die Ordnungsübungen darin, dass sie die Scheu vor individueller Anstrengung, den Mangel an Energie bekämpfen. Schon darum verdienen sie den Vorzug vor den Ordnungsübungen. Ungemein willenbildend wirken die Gerätübungen, weil sie den Mut, die Entschlossenheit, die Umsicht oder Besonnenheit und die Geistesgegenwart fördern; und zwar eignet diese Wirkung mehr den einfachen Formen, den Sprüngen über das Seil oder über feste Gegenstände, während die künstlichen, die zusammengesetzten Formen mehr die Koordination fördern. Freude am Gelingen und Selbstvertrauen begleiten die namhaft gemachten Wirkungen. Das Turnspiel zeichnet sich vor allen Leibesübungen dadurch aus, dass es die freie Willens-tätigkeit zur Entfaltung gelangen lässt; als weitere erzieherische Wirkungen kommen ihm zu: Verträglichkeit, Selbstbeherrschung im Verkehr mit andern, Sichgeltendmachen, Unterordnung unter die Gesetze des Spieles und die Interessen der Partei, Rechtssinn, Tatkraft, Ertragen von Entbehrungen und Entsaugungen, wodurch Herrschaft über die Begierlichkeit, also Selbstzucht geübt wird. Viele der genannten Wirkungen kommen auch gut geleiteten Turnfahrten zu.

Wenn wir bereits schon als eine Hauptaufgabe des Turnunterrichtes angegeben haben, charakterbildend zu wirken, so werden wir in der Auswahl der Turnübungen diejenigen in den Vordergrund stellen, die diesem Zwecke am besten entsprechen, also nicht die Ordnungsübungen, sondern neben den Frei- und Stabübungen das Turnspiel, dann die Gerätübungen, sobald diese betrieben werden dürfen, die Turnfahrten und wo es angeht, das Schwimmen, das Schneeballwerfen, das Schlitteln und den Eislauf, und zwar möchten wir diese volkstümlichen Übungen um so weniger missen, als sie mehr als die auf Befehl auszuführenden Turnübungen Gelegenheit zu freier Willensbetätigung geben.

Sind die Turnübungen zur Erreichung erzieherischer Ziele richtig gewählt, so ist auch ihr Betrieb nach bestimmten Grundsätzen zu regeln. Ordnung und Regel sind dem menschlichen Geiste so sehr Bedürfnis, dass schon in der äussern Anordnung der Turnübungen dieser Tatsache Rechnung getragen werden muss. Pünktlicher Beginn, genaues Ausrichten und geordnetes Bewegen, sodann Innehalten der Regeln im Spiel sind unerlässlich, und namentlich darf der Lehrer nicht übersehen, dass die aufgestellten Vorschriften nicht nur die Schüler, sondern auch ihn binden.

Die Ausführung der Übungen sei eine möglichst exakte, rasch und schneidig bei den für diese Ausführungsweise sich eignenden, und kraftvoll und ausdauernd in den anstrengenden Haltungen. Grosser Aufmerksamkeit werde der Steigerung des Mutes und der Entschlossenheit geschenkt. Um Hemmungsvorstellungen zu vermindern, die sowohl lähmend auf den von einem Unfall Betroffenen wie auf den Zuschauer einwirken, vermeide der Lehrer alles, was Unfälle herbeiführen kann. Mittel dazu sind: Prüfung aller Hülfsmittel des Turnens auf ihre Solidität, richtige, den Kräften angepasste Übungswahl und methodisches Fortschreiten in der Schwierigkeit der Übungen. Hierher gehört auch das Hülfegeben, doch merke sich der Lehrer J. C. Lions' Wort: „Der Helfer soll nicht verwöhnen. Es ist seine Aufgabe, zur Freiheit zu erziehen, er muss sich auf den Tag freuen, wo er entbehrlieb wird, und ihn voraussehen.“ Von verwegenem Tun ist der Schüler abzuhalten, was dadurch geschehen kann, dass man ihn seine Leistungsfähigkeit und deren Grenzen kennen lehrt.

Wie durch sorgfältige Steigerung in den Anforderungen — Höherlegen der Schnur, Höherstellen des Pferdes, Abrücken des Sprungbrettes, Ersetzen der schwanken Sprungleine durch eine feste Latte — Mut und Entschlossenheit zusehends zunehmen, hat wohl jeder Lehrer schon beobachtet, spart er dabei das anerkennende, aufmunternde Wort nicht, schränkt er aber harten Tadel ein und vermeidet er namentlich ungerechte Vorwürfe, so werden seine Erfolge noch günstigere sein. Überhaupt werde im Turnen jede Pedanterie vermieden. Wo angängig, herrsche möglichste Freiheit, Strammheit dagegen, wo diese erforderlich.

Ein Mittel, die Spannkraft des Willens zu erhöhen, ist die Freude, für das Kind das einzige moralische Reizmittel; den Schüler daher zu Körperübungen heranzuziehen, die jedes Reizes entbehren, „das ist mehr als ein Mangel an Sorgfalt, es ist ein hygienischer und ein Erziehungsfehler“. Machen wir nach Guts Muths das Turnen zu einer

Arbeit im Gewande jugendlicher Freude, dann werden wir auch seine psychischen Wirkungen erhöhen.

Dies sind in Kürze einige Grundsätze des Turnbetriebes, deren wir zur Erreichung erzieherischer Ziele nicht entraten können. Diese letztern selbst stehen nach ihrer Bedeutung im Plane der Erziehung so hoch, dass ihre gebührende Berücksichtigung eine unabweisbare pädagogische Forderung ist. Vergessen wir aber nicht, dass der Turnunterricht auch noch andern Anforderungen zu genügen hat, dass die Muskeln des Zögling zu kräftigen und ebenmässig auszubilden, Herz und Lunge zu voller Leistungsfähigkeit zu entwickeln sind, und dass die Körperkräfte angemessen ausgebildet werden müssen. Diese gesundheitlichen Turnziele mit den erzieherischen so zu verbinden, dass beide zu ihrem Rechte gelangen und dass sie sich gegenseitig unterstützen, ist die Aufgabe eines richtig geleiteten Turnunterrichts, und dieses Ziel ist ein durchaus erreichbares. Berücksichtigen wir die oben in der Auswahl des Turnstoffes und im Turnbetriebe entwickelten Grundsätze und bleiben wir daneben bei der Übungswahl in Übereinstimmung mit dem, was sowohl Erfahrung als Wissenschaft uns als Entwicklungs- und Übungsbedürfnis jedes Alters und jedes Geschlechtes auferlegen, so werden wir auch den gesundheitlichen Turnzielen in vollem Masse gerecht und zugleich fördern wir dadurch die von dem übrigen Unterricht angestrebte intellektuelle und moralische Erziehung aufs wirksamste; gönnen wir einer richtigen Leibespflege im Rahmen unsers Unterrichtes die nötige Zeit und rüsten wir das genannte Unterrichtsfach mit genügenden Hülfsmitteln, seine Träger mit Einsicht und Können aus, so muss und wird es uns gelingen, ein Geschlecht heranzuziehen, dessen körperliche Gesundheit, geistige Wachheit und sittliche Tüchtigkeit es in den Stand setzen, seine Pflichten im Berufs-, Familien- und Staatsleben stets und ungesäumt zu erfüllen!

* * *

Benützte Schriften: Euler, Dr., Karl, Geschichte des Turnunterrichtes und encyklop. Handbuch des gesamten Turnwesens; Hirth, G., Das gesamte Turnwesen; Lange, F. A., Geschichte der Leibesübungen; Stojtscho Donev, Das Problem der physischen Erziehung in der Geschichte der neuern Pädagogik; Küppers, Dr., J., Turnen und Charakterbildung (Deutsche Tztg. 1892); Meili, F., Geistiger Gewinn aus körperlicher Übung (Schweiz. Tztg. 1888); Guex, F., L'éducation de la volonté (Monatsblätter für das Schulturnen 1897).