

**Zeitschrift:** Schweizerische pädagogische Zeitschrift  
**Band:** 23 (1913)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Kann die Rhythmische Gymnastik nach Jaques-Dalcroze ein Schulfach werden ?  
**Autor:** Matthias, E.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-788787>

#### 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:** 22.01.2026

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

# Kann die Rhythmische Gymnastik nach Jaques-Dalcroze ein Schulfach werden?

E. Matthias, Zürich.

Rhythmus und rhythmische Gymnastik nach J. D. als Erziehungs-faktor; so lautet die Überschrift eines Artikels von H. Seb. Rüst in Gossau, der in Nr. 1 der Schweiz. Päd. Zeitschrift 1912 erschienen ist. Es scheint mir, dass damit eine prinzipiell wichtige Frage aufgerollt werde. Eine Stelle der Arbeit z. B. lautet: „Die Bildung des Willens ist aber der „Kern des pädagogischen Problems“, der erziehende Unterricht das Mittel, die gewonnenen Vorstellungen in begriffliche Einsicht umzuwandeln und durch diese einen bestimmenden Einfluss auf den Willen des Zöglings zu gewinnen. Die Grundlage eines starken, entschlossenen und ausdauernden Wollens und Handelns bildet ein leistungs- und widerstandsfähiger Körper, dessen Organe (Gehirn, Nerven, Muskeln) fähig und geschickt sind, dem durch die gewonnene Einsicht bestimmten, also dem eigenen Willen zu dienen; denn darin liegt ein entscheidender Unterschied zwischen der rhythmischen Gymnastik, die in der Erziehung eine wichtige Rolle zu spielen berufen scheint, und dem Schulturnen, wie es in der Regel nur mit Rücksicht auf Erzielung von Körperkraft und Abhärtung, unter Umständen aber auch in der bewussten Absicht betrieben wird, den Zögling zu einem zielunbewussten Bestandteil eines gewaltigen, fremdem Willen blind untergeordneten Mechanismus zu machen.“ Eine andere Stelle lautet: „.... J. Delacroze ... hat etwas geschaffen, was für die Körperbildung namentlich unserer weiblichen Jugend auch vom ärztlichen Standpunkt aus als etwas ganz Neues und erquickend Rationelles betrachtet werden muss.“ Dr. Neustätter.

Das ist aber nur eine jener vielen Stimmen, die geneigt und willens sind, unser Schulturnen dem Systeme von J. D. zu tauschen. Durch Kurse, Vorträge und Vorführungen wird die allgemeine Stimmung zu gewinnen gesucht; ja es hat schon pädagogisch anerkannte Autoritäten, die diese Werbearbeit kräftig fördern. So schreibt beispielsweise Dr. Paul Barth, Prof. für Philosophie und Pädagogik in Leipzig in seinem Buche: *Die Elemente der Erziehungs- und Unterrichtslehre*: „Die Gerätübungen, die für den Unterricht immer eine Last waren, werden wohl allmählich aus der Schule verschwinden. Die Zeit, die ihnen geopfert wird, kann den Spielen zugute kommen und derjenigen Weiterbildung des Spiessschen Reigens, die J. Dalcroze

neuerdings einzuführen sucht. Er will den „rhythmischen Marsch“ pflegen, der von der Musik begleitet und ihr genau angepasst, einzuführen ist. Er will damit nicht bloss den musikalischen Rhythmus fördern, indem er diesen in den Bewegungen gewissermassen verkörpert, und zwar nicht in Fleisch und Blut, aber in Muskel und Nerv übergehen lässt, sondern auch die Abmessung der Bewegung den Schülern angewöhnen und so der Anmut, ausserdem der Beherrschung der Bewegung und dem Willen zu Hilfe kommen. J. Dalcroze hat, vom Einfachen zum Komplizierten fortschreitend, eine Stufenfolge solch rhythmischer Märsche zusammengestellt, die zweifellos geeignet sind, die Bewegungen der Kinder zu beseelen und zu verschönern.“ Also auch nach Barth wird zukünftig unser Turnen durch Spiel und rhythmische Gymnastik nach J. D. abgelöst werden.

Wir sehen aus den angeführten Zitaten, dass es sich hier um eine Strömung handelt, die allen Ernstes daran arbeitet, die rhyth. Gymnastik nach J. D. als Schulfach einzuführen, entweder als Ergänzung oder sogar als völliger Ersatz unseres Schulturnens. Daraus entsteht für jeden Lehrer die Pflicht, objektiv der Sache nahe zu treten. Am Lehrer liegt es, dass das Wort von der harmonischen Entwicklung keine Phrase, sondern wirkliche Tatsache werde. Ist darum das Prinzip richtig, dann müssen wir, ob uns lieb oder leid, auf — Bisher-gebrachtes verzichten, und unsere Kräfte auf das Neue konzentrieren. Wir wollen alles prüfen und behalten, was für die Jugend gut genug ist.

Die Gesichtspunkte, nach welchen eine solche Prüfung zu vollziehen ist, sind durch die Zitate gegeben. Einmal vermag die rhythmische Gymnastik den Willen des Kindes in besonderer Weise zu entwickeln; zweitens soll das rhythmische Turnen auch vom ärztlichen Standpunkt besonders für das weibliche Turnen die einzig richtige Methode sein.

Wie der Wille ganz besonders entwickelt werden kann, zeigt S. Rüst<sup>1)</sup> durch folgende Ausführung<sup>2)</sup>: „Die rhythmische Gymnastik zeigt den Weg einer indirekten Befehlsgebung, bei der das eigene Denken und Wollen nicht ausgeschaltet werden kann. Das einzige Kommando ist das Wörtchen „Hopp“, das den genauen Zeitpunkt des Bewegungsanfanges angibt. Die Aufgabe selbst wird entweder

<sup>1)</sup> Da sich die nachfolgenden Ausführungen spez. an die Arbeit von Rüst halten, scheint deshalb gerechtfertigt, weil Rüst darin ein Programm der Jaques-Dalcrozschen Ideen und Prinzipien entwickelt; dabei also alle wesentlichen Punkte zur Sprache kommen.

<sup>2)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, S. 46.

vorher in beliebiger, aber bei späterer Wiederholung absichtlich in verschiedener Form gegeben, oder sie muss vom Kinde selbst auf Grund des Anhörens eines vorgespielten, nach ihm bekannten Bewegungsformen gebildeten Rhythmus bestimmt werden.“ Der grosse Unterschied besteht also darin, dass das Kind seine Bewegungsaufgabe selbst suchen, event. ausprobieren muss, um sich dieselbe dann zu inervieren. Im Schulturnen machen wir uns aber zur Pflicht, den Schülern die Aufgabe ganz klar anzugeben. Das bewusste „Selbst-inervieren“ können und wollen wir auch nicht umgehen. Es scheint mir, dass dem Kinde nur eine Arbeit, die speziell nervöser Art ist, mehr zugemutet werde. Von einem blind untergeordneten Mechanismus kann da keine Rede sein. Übrigens bin ich überzeugt, dass die meisten Lehrer das Interesse der Schüler und damit deren eigenes und bewusstes Wollen mitheranziehen, indem sie ihren Schülern je nach der Erkenntnisstufe Zweck und Wirkung der befohlenen Übungen klar legen. Die Theorie der Willensbildung bei Jaques-Dalcroze scheint überhaupt auf schwankendem Boden zu stehen. Dr. Winter schreibt:<sup>1)</sup> „Über die Art der Willensbetätigung bei der Übung setzt sich Jaques-Dalcroze in Widerspruch zu den Erkenntnissen der Wissenschaft.“ Wir können damit über diesen Punkt hinweggehen.

Von grösserer Bedeutung ist der zweite; denn die Anhänger von Jaques-Dalcroze behaupten, dass seine Methode auch vom hygienischen Standpunkt aus die allein richtige sei. Ist dem so, so muss sie am ehesten imstande sein, der Gesamtjugend zu einer körperlichen Erstarkung und Gesundung zu verhelfen. Da so viel und manchmal mit Recht von der Überbürdung der Schüler als einer eigentlichen Schulkrankheit die Rede ist, so wird es sich darum handeln, ob das neue System imstande sei, die untätigen Muskeln des Kindes zur Arbeit anzuregen und dem zu stark beschäftigten Gehirn desselben zur nötigen Ruhe zu verhelfen.

Einleitend stellt Hr. Rüst fest, dass der wissenschaftliche Nachweis dafür erbracht sei, dass Jaques-Dalcroze recht habe, wenn er die Entwicklung des rhythmischen Gefühls an die Körperbewegung binde, und diese selbst durch den Rhythmus entwickle. Als wissenschaftlicher Autor wird Karl Bücher, Lehrer der Volkswirtschaft in Leipzig, angeführt. In dessen Buche „Arbeit und Rhythmus“ finden sich folgende Stellen:<sup>2)</sup> „Doch der Mühsal und Arbeit hält das Gegen-

---

<sup>1)</sup> Deutsche Turnzeitung Nr. 15, 1912.

<sup>2)</sup> Vorausgehend betont der Autor, dass der Naturmensch nur aus Not arbeite und kommt dann in angegebener Weise auf die Arbeitsmethode zu sprechen.

gewicht und hilft die Unlust überwinden, was bei Spiel und Tanz den grossen Eifer, und eine für uns unbegreifliche Ausdauer erzeugt: Der automatische Charakter der Tätigkeit, wie er als wesentliche Eigentümlichkeit der frühesten Arbeit zukommt.“ Je mehr geistige Anspannung zu einseitiger Muskelbewegung hinzukommt, desto mehr tritt Ermüdung ein; automatische Bewegung aber schaltet den Willen aus. Dies tritt ein, wenn es gelingt, die Kräfteausgabe so zu regulieren, dass sie im Gleichmasse erfolgt und Beginn und Ende zeitlich und räumlich in denselben Grenzen liegen. Regelmässige Wiederkehr gleich starker Bewegungen in gleicher Zeit tritt uns als Rhythmus entgegen. Wir nennen ihn, wenn er bei der Arbeit auftritt, Arbeitsrhythmus. Er entsteht durch das Bestreben, dass der geregelte, nach festen Massverhältnissen gleichmässige Gang fortgesetzter Arbeit sich rhythmisch zu gestalten sucht. „Der Arbeitsrhythmus wird zum Tonrhythmus, wenn sich die Töne in Stärke, Höhe und Dauer differenzieren. Durch das ihm innewohnende musikalische Element übt er eine Reizwirkung aus. In der Folge wird der Taktschall durch künstliche Mittel hervorgerufen, vor allem durch die menschliche Stimme, dann durch besondere Klangkörper am Werkzeug. Das „Hopp“ beim Lastenheben, das „Hoiho“ der Schiffsleute, das „Holz her“ der Zimmermannsleute regulieren die Arbeit.“ „Es tritt da zum Moment des Rhythmus der belebende Einfluss der Musik, das Wohlgefallen am Ton. Melodie und Text sind ursprünglich Nebensache, sie haben allein Bedeutung durch den Rhythmus, der einzig der Körperbewegung entstammt. Der Arbeitsgesang entstammt der Körperbewegung, ohne sie kommt er ursprünglich gar nicht vor. Gesang und Musik erweisen sich als eine ordnende Macht und zugleich als ein Mittel der Ermunterung und Erfrischung. Der Rhythmus übt eine hinreissende Gewalt aus und verwischt sogar die Grenzen zwischen Arbeit und Spiel. Bei der Arbeit mit Gesang oder Musik treten Zweck und Unlustmomente in den Hintergrund, dafür erscheint ein doppeltes Lustmoment: die rhythmische Körperbewegung und der musikalische Reiz. Rhythmische Körperbewegung und Musik bilden eine gegenseitig sich bedingende Einheit. In der Erziehung müssen Gymnastik und Musik einander ergänzen; einseitiges Vorwiegen der einen oder andern Art ist schädlich.“ Ist die Schlussfolgerung, die Karl Bücher zieht, richtig, so ergibt es für uns nur eine Konsequenz: wir müssen wirklich Gymnastik und Musik zu einer Einheit zu gestalten suchen, und dann wird uns Jaques Dalcroze ein guter Lehrmeister sein. Um die Richtigkeit des Schlusses zu prüfen, müssen wir nach den Grund-

ursachen forschen und uns fragen: Woher kommt es, dass Rhythmus und Musik auf uns tatsächlich einen belebenden Reiz ausüben?

Wilhelm Wundt sagt in seiner Psychologie:<sup>1)</sup> „Unser Bewusstsein ist rhythmisch, weil unsere psychophysische Gesamtorganisation überhaupt rhythmisch ist. So folgen sich Herz-, Atem- und Gehbewegungen in regelmässigen Rhythmen. Die Pulsation des Herzens empfinden wir zwar im normalen Zustande nicht. Wohl aber wirken schon die Atmungen, wenn auch nur als schwache Erregungen, auf uns ein. Vor allem aber bilden die Gehbewegungen einen deutlich erkennbaren Hintergrund unseres Bewusstseins. Und wenn wir in ähnlichen Intervallen Eindrücke in unser Bewusstsein aufnehmen, ordnen wir sie daher in eine diesen unsren eigenen Bewegungen analoge rhythmische Form. Unser Bewusstsein ist eben kein von unserm gesamten körperlichen und geistigen Sein getrenntes Wesen; sondern eine Zusammenfassung der für die geistige Seite dieses Seins wesentlichen Inhalte.“ Als Beweis dafür, dass das Bewusstsein rhythmisch organisiert ist, lasse der Leser auf einem Metronom eine Reihe von gleichstarken Taktschlägen ertönen. Es wird für ihn geradezu sehr schwierig sein, alle diese Taktschläge als vollkommen gleichstark, oder, wie wir uns ausdrücken, „unrhythmisch“ aufzufassen. Unwillkürlich wird er die Schläge rhythmisieren, der eine so, dass er sie als aufsteigenden  $\underline{1} \underline{2} \underline{1} \underline{2}$  oder ein anderes als absteigenden Takt  $\underline{1} \underline{2} \underline{1} \underline{2}$  oder je 4 oder 8 Schläge als rhythmische Gruppe zusammenfasst  $\underline{\underline{1}} \underline{\underline{2}} \underline{\underline{3}} \underline{\underline{4}} \underline{\underline{1}}$  oder  $\underline{\underline{1}} \underline{\underline{2}} \underline{\underline{3}} \underline{\underline{4}} \underline{\underline{5}} \underline{\underline{6}} \underline{\underline{7}} \underline{\underline{8}}$ .

Auf Grund dieser Rhythmisierung sind wir imstande, verschieden lange Folgen von Taktschlägen zu unterscheiden; wir können angeben, ob die eben gehörte Reihe, gleich viel, mehr oder weniger Taktschläge hatte, als eine vorher gehörte, und zwar ohne die einzelnen Schläge gezählt zu haben. Einfach deshalb, weil wir merken, ob die rhythmischen Gruppen vollständige oder abgebrochene gewesen seien. Diese Tatsachen zeigen uns, dass wir den Satz Wundts, dass unser psychophysisches Sein rhythmisch organisiert sei, als wirklich bestehend anerkennen müssen.

In seiner Begründung der ästhetischen Gefühle führt Prof. Lipps in Zürich ungefähr folgendes aus:<sup>2)</sup> Wenn auf ein Wesen äussere Einwirkungen erfolgen, so wird sich in demselben, wenn es überhaupt ein mit Leben begabtes Wesen ist, ein Aufleben vergangener Zustände

<sup>1)</sup> Wundt: Einführung in die Psychologie, S. 4.

<sup>2)</sup> Prof. Lipps; Zürich, notiert nach seinem Kolleg „Psychologie“.

geltend machen. Mit diesem Aufleben ist immer ein Gefühlszustand verbunden. Je nach der Art dieser äussern Einflüsse, je nachdem dieselben gerade mit unserem Gesamtzustande zusammenpassen oder nicht, kann das Aufleben ein stärkeres oder schwächeres sein. Dieser Zustand kann so stark werden, dass unser subjektives Sein mit diesem „objektiven Sein“ zu einem ununterscheidbaren Zustande verschmilzt. Es kommt zu einem völligen Verweben mit dem wahrgenommenen Eindruck, wobei wir für kurze Zeit uns selbst ganz vergessen können.

Nimmt man diese beiden Tatsachen zusammen, so hat man die Erklärung, warum der von aussen wahrgenommene Rhythmus in uns so mächtige Lustgefühle auszulösen vermag. Der gehörte Rhythmus bringt den eigenen Körperrhythmus zum erhöhten Aufleben, was dann noch in verstärktem Masse der Fall sein wird, wenn die rhythmisch wahrgenommenen Sinneseindrücke, entstanden durch den gehört Tonrhythmus, zeitlich mit sich selbst inervierten Bewegungsreizen zusammenfallen. Der Nervenreiz wird dann ein doppelter, oder vermag sich sogar zu vervielfachen, und wird gleichsam, wie ein Physiologe sagt (Pflüger), zu einer Nervenlawine. Dieses Zusammenfallen und Verschmelzen der beiden Nervenreize ist dann die Ursache einer deutlich spürbaren Erleichterung bei unsren Bewegungen, und es entsteht daraus jene bewusst gefühlte Harmonie, die wir als Freude und Lust empfinden, die so stark werden kann, dass Bücher tatsächlich recht hat, wenn er sagt, dass bei der „Arbeit mit Gesang oder Musik Zweck und Unlustmomente in den Hintergrund treten, dafür ein doppeltes Lustmoment entstehe, die rhythmische Körperbewegung und der ermunternde musikalische Reiz.“

Verfolgen wir diese Erscheinung weiter, so kommen wir zur Erklärung des Satzes von Bücher:<sup>2)</sup> „Doch der Mühsal und Arbeit hält das Gegengewicht und hilft die Unlust überwinden, was bei Spiel und Tanz den grossen Eifer und eine für uns unbegreifliche Ausdauer erzeugt, der automatische Charakter der Tätigkeit, wie er als wesentliche Eigentümlichkeit der frühesten Arbeit zukommt.“ Vom oben geäusserten Gesichtspunkte aus, ist die für Bücher unbegreifliche Ausdauer leicht zu erklären und zu verstehen. Regelmässige Bewegungen haben immer die Tendenz, automatisch zu werden.

Was haben wir aber unter automatischen Bewegungen zu verstehen? Bücher sagt darüber:<sup>2)</sup> „Automatische Bewegung schaltet

---

<sup>1)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, S. 40.

<sup>2)</sup> Daselbst S. 40.

den Willen und damit die geistige Anstrengung aus. Dies tritt ein, wenn es gelingt, die Kräfteausgabe so zu regulieren, dass sie im Gleichtmasse erfolgt und Beginn und Ende zeitlich und räumlich in denselben Grenzen liegen.“ Das ist eine Beschreibung oder vielmehr eine Definition; aber keine Erklärung.

Das Rückenmark genügt in gewissen Fällen, um die Muskeln in Tätigkeit zu setzen; aber die Bewegungen, die ausschliesslich auf der Tätigkeit des Rückenmarkes beruhen, haben einen besondern Charakter, sie sind unwillkürliche, d. h. der Wille hat keinen direkten Einfluss auf dieselben. Wir nennen die betr. Bewegungen Reflexbewegungen, die Muskeln treten unter dem Einfluss eines Empfindungseindruckes in Tätigkeit. Ihre anatomische Erklärung finden sie in den direkten Reflexbögen des Rückenmarkes (s. Fig. 1, a).

Wenn jemand aber die Hand auf einen heißen Gegenstand legt, kann er das unwillkürliche Rückwärtsziehen der Hand willkürlich verhindern, d. h. es gibt Reflexbewegungen, die vom Rückenmark aus innerviert, deren Innervation aber durch unsern Willen rückgängig gemacht werden kann. Solche Erscheinungen ermöglichen die Reflexbahnen des Rückenmarkes (s. Fig. 1, b) die einen Reiz direkt übertragen, zu gleicher Zeit aber denselben bis in die graue Hirnsubstanz weiter leiten können, von wo aus durch die Pyramidenbahnen die Antagonisten der unwillkürlich erregten Muskeln innerviert werden.

Im allgemeinen sind Reflexbewegungen einfach; aber sie können auch kompliziert sein, und ein einziger Reiz kann der Ausgangspunkt

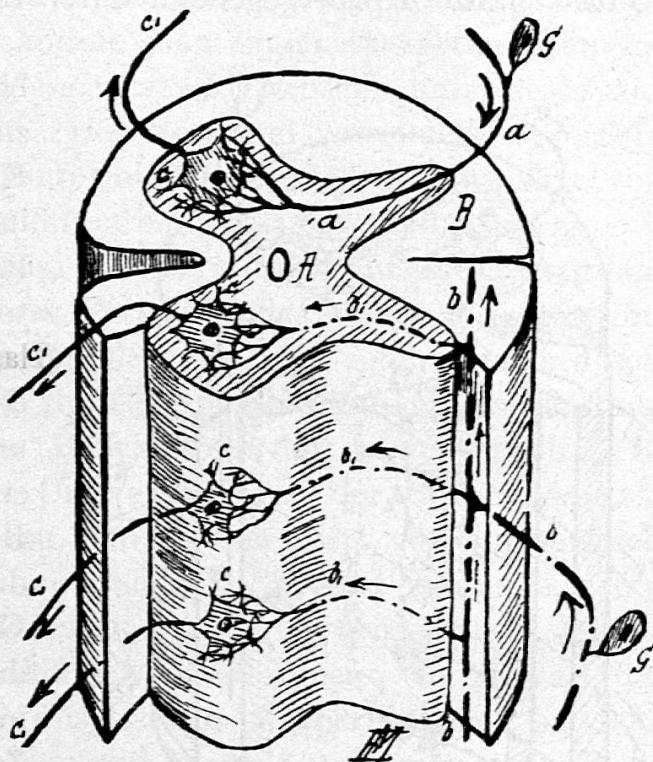


Fig. 1. Reflexbogen und -Bahnen im Rückenmark.  
Schematisch (Orig.).

a = direkter Reflexbogen; b = Reflexbahn (z. Hirn)

b<sub>1</sub> = abzweigende Reflexbogen; c = motorische Zellen.

c<sub>1</sub> = motorische Bahnen (z. Muskel).

A = graue | Substanz des Rückenmarks;

B = weisse |

G = Ganglionenketten im Zwischenwirbelloch.

einer ganzen Reihe von Muskelakten werden. (Stich in die Fusssohle.) Solche Bewegungen kommen mit Hilfe der Assoziationsbahnen zu stande (s. Fig. 2: *b*, *b*<sub>1</sub>, *b*<sub>2</sub>), welche in allen Partien des Rückenmarkes vorkommen, und die einen solchen Reiz sowohl direkt, als auch ab- und aufwärts und auf die andere Seite des Rückenmarkes leiten können, so dass ganze Körpergegenden durch den Reflex innerviert werden.

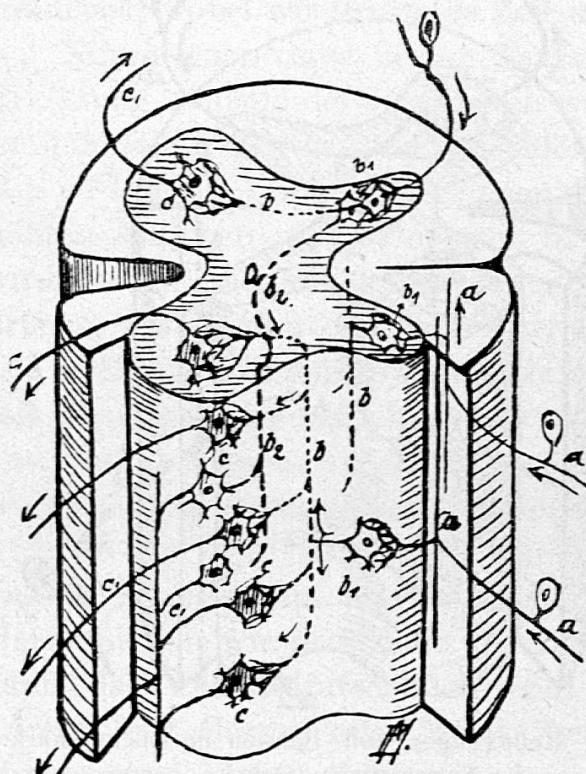


Fig. 2. Assoziationsbahnen im Rückenmark.

Original, z. T. schematisch nach Ruge.

*a* = Reflexbahnen; *b* = Assoziationsbahnen;  
*b*<sub>1</sub> = Assoziationszellen; *b*<sub>2</sub> = gekreuzte Assoziationsbahnen; *c* = motor. Zellen; *c*<sub>1</sub> = motor. Bahnen.

Denkt man sich eine Kombination von Reflex- und Assoziationsbahnen (Fig. 2) eine Kombination, die tatsächlich in unserem Rückenmark vorkommt, so hat man die anatomisch-physiologische Grundlage für das Zustandekommen der automatischen Bewegungen. Der betreffende Sinnesindruck wird, so lange die Bewegungen ungewohnt sind, durch die Reflexbahnen zum Gehirn geleitet; von wo aus die verlangten Bewegungen innerviert werden. Zu gleicher Zeit werden auch die Assoziationsbahnen erregt, die aber vorläufig die Bewegungen nicht auszulösen vermöchten. Nach und nach wird aber die Innervation der Bewegungsmuskeln eine so bekannte, es scheint,

dass sich das Rückenmark die zu innervierenden motorischen Bahnen gemerkt hat, so dass durch den betr. Sinnesindruck die Assoziationsbahnen genügend erregt werden, um die in Frage kommenden motorischen Bahnen in richtiger Stärke und Reihenfolge zu innervieren. Das Gehirn überlässt also, nachdem es die betr. Bewegungen zusammengestellt, ihre Schnelligkeit und ihren Rhythmus bestimmt und selbst innerviert hat, die Innervation den Assoziationsbahnen und damit dem Rückenmark. Mit dem Moment, wo dieser Rollenwechsel stattfindet, ist die betr. Bewegung automatisch geworden, und damit, wie „Bücher“ sagt, der Wille, also auch die geistige Anstrengung ausgeschaltet. Eine Tätigkeit des Willens tritt nur dann wieder ein,

wenn eine Änderung in der Schnelligkeit, in der Richtung oder in der Energieverteilung ein neues Inervieren verlangt.

Alle Regelmässigkeit in der Bewegung hat die Tendenz, dieselbe automatisch zu machen. Je regelmässiger die Empfindung, welche den Reflexakt auslöst, sich wieder erzeugt, um so rascher und genauer wird der automatische Mechanismus funktionieren. Wenn darum die Sinneseindrücke durch, fast könnte man sagen stossartige Empfindungseindrücke einer Musikweise verstärkt werden, muss dieser Akt der Automatisierung erleichtert und verschnellert werden. Es wirkt gleichsam ein wellenförmiges An- und Abschwellen von Reizkomplexen auf das Individuum ein. Darum schreibt Lagrange:<sup>1)</sup> „Alle Welt kennt den Einfluss des Rhythmus auf die Bewegung. Es gibt Musikweisen, die etwas Fortreissendes haben; ihre gut einsetzenden Takte werden zum Regulator der Bewegungen; die durch die verschiedenen Zeitmasse im Ohr hervorgerufene Empfindung wird der Ausgangspunkt des Reflexaktes, der beim Marsch z. B. die regelmässig abwechselnde Ortsveränderung der Beine bewirkt.“

So kommen wir auch dazu, den grossen Wert von automatisch ausgeführten Muskelübungen einzusehen. Sie sind imstande, trotz Muskelarbeit die geistige Mitarbeit ganz oder grösstenteils auszuschalten. Wir müssen und können nicht anders, als überall da, wo es sich um regelmässig ausgeführte Körperübungen handelt, den grossen Wert von Rhythmus und Musik anerkennen, denn Takt und Rhythmus tragen dazu bei, die Innervation der Bewegungen zu erleichtern, dieselben zu automatisieren und damit dem Gehirn die Sorge für die Lenkung der Muskeln abzunehmen und somit den Eintritt des Müdigkeitsgefühles um ein wesentliches hinaus zu schieben. Auch da werden wir gerne den Rhythmus und die Musik zu Hilfe nehmen, wo es sich darum handelt zwei oder drei ausgibige Bewegungen in eine rhythmisch kombinierte Folge zu kleiden; denn wir haben ja eingangs gesehen, dass auch unser Bewusstsein rhythmisch ist.

Will aber Bücher seinen Schlussatz: „In der Erziehung müssen Gymnastik und Musik einander ergänzen, einseitiges Vorwiegen der einen oder andern ist schädlich“ verallgemeinern und überhaupt alles Turnen rhythmisiert wissen, dann geht er ganz sicher zu weit. Er selbst weiss nur solche Beispiele aufzuzählen, deren Anfang und Ende räumlich und zeitlich in denselben Grenzen liegen. Denselben

---

<sup>1)</sup> Lagrange: Physiologie der Leibesübungen.

Fehler begeht Jaques-Dalcroze. „Bücher“ schreibt selbst:<sup>1)</sup> „Melodie und Text sind ursprünglich Nebensache, sie haben allein Bedeutung durch den Rhythmus, der einzig der Körperbewegung entstammt, ohne sie kommt er ursprünglich gar nicht vor.“ Also auch bei Bücher ist die Körperbewegung das primäre, Rhythmus und Melodie sind sekundärer Natur. Jaques-Dalcroze kehrt die Sache aber um, und nimmt den Rhythmus zum Ausgangspunkt, nach welchem sich alle Körperbewegung zu richten hat. Er bringt den Rhythmus,<sup>2)</sup> „der einst Leben und Arbeit der Völker instinktiv beherrschte und formte, in bewusste Absicht durch ein System von Übungen, als eine von innen heraus regelnde Kraft in den Jahren der Entwicklung zur Geltung. Durch den Rhythmus wird die Bewegung gezwungen, sich demselben unterzuordnen und dadurch soll eine Ökonomie und Steigerung der Kräfte erzielt werden, die auf keinem andern Weg so einfach und naturgemäß erreicht werde.“

Die Ausführungen über die Entstehung der automatischen Bewegungen sollten klar dargetan haben, dass der Rhythmus und damit auch die Musik erst in zweiter Linie eine Helferin der Muskelinnervation sein kann. Jede neue Bewegung muss zuerst mit Hilfe der motorischen Nervenbahnen (Pyramidenbahnen) innerviert werden. Der Wille beeinflusst unmittelbar die graue Substanz, darin die Pyramidenzellen der Gehirnwindungen, und es gibt Physiologen, die annehmen, dass der Willensakt in den Pyramidenzellen eine molekulare Erschütterung hervorrufe, welche sich dann durch die motorischen Bahnen fortpflanze, und schliesslich auf die Muskeln übertragen werde. In den letztern ist die Wellenbewegung bei Reizvermittlung sogar eine nachgewiesene Tatsache. Erst wenn dieser Prozess der Innervation ein bekannter geworden ist, wenn jedem Muskel und seinem zugehörenden Antagonisten die gerade für ihn nötige Quantität von Nervenstrom abgegeben wird (denn die Konkration des Muskels steht in direktem Verhältnis zur Stärke des Nervenstromes) hat die begleitende Musik einen Wert; vorher kann sie sogar störend wirken, indem Bewegungsrhythmus und Tonrhythmus noch nicht zusammenfallen, was die ruhige Ausführung derselben wesentlich hemmt und sogar die Ursache lebhafter Unlustgefühle werden kann.<sup>3)</sup>

Aus diesem Irrtum ergibt sich ganz konsequenterweise ein zweiter,

<sup>1)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, S. 41.

<sup>2)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, S. 43.

<sup>3)</sup> Ganz ähnlich äusser sich Prof. Dr. F. A. Schmidt in Bonn.

denn<sup>1)</sup> „der Reiz des Rhythmus, der in uns allen liegt, wird in den Dienst des Turnens gestellt, und zwar in der Vielgestaltigkeit, wie sie die musikalische Phantasie darbietet“. Also so viele Rhythmen der Mensch kennt und noch erfinden kann, so viele Bewegungsmöglichkeiten und Bewegungsformen müssen auch für die menschlichen Glieder erdacht werden. „Die Körperbewegungen müssen abgestuft und der ganze Reichtum, der in unsren zahllosen Bewegungsmöglichkeiten liegt, muss zur Ausführung gelangen.“ Es wurde dem Begründer unseres Mädchenturnens Adolf Spiess schon oft der Vorwurf gemacht, dass er all die verschiedenen Bewegungsmöglichkeiten gesucht habe, ohne deren physiologischen Wert oder Unwert abzuwägen. Und heute noch ist man überall an der Arbeit, von dem vielen Stoff, der seither noch erdacht und geschaffen wurde, einzig das physiologisch Wertvolle und nur das wirklich Körperbildende zu behalten. Es scheint mir, dass man Jaques-Dalcroze denselben Vorwurf noch in viel erhöhtem Masse machen kann; ja es kommt mir immer wieder das Wort „Gliedergymnastik“ in den Sinn, oder welchen hygienischen Wert wollen die Rhythmiker der Übung zuschreiben, wenn die Schülerinnen auf dem Rücken liegend mit den Füsschen einen Drei- oder Viertakt schlagen; oder wenn sie im Kreise auf dem Boden sitzend, in vornüber gekauerter Stellung mit dem allerschönsten Buckel, den Kopf zwischen den Knien mit dem einen Arme einen Drei-, mit dem andern den Viertakt schlagen? Hat da nicht Dr. Winter recht, wenn er schreibt:<sup>2)</sup> „Die erste Aufgabe des rhythmischen Turnens ist die Gewöhnung der Kinder an den Takt, die zweite an die Metrik. Jaques-Dalcroze hat also am rhythmischen Turnen ein lediglich musikpädagogisches Interesse. Da der Gedanke an die leibliche Ertüchtigung des Jugend in der Begründung seines Systems keine Stätte findet, so ist es nicht zu verstehen, wie er für seine Erfindung den Namen Gymnastik oder Turnen in Anspruch nahmen kann.“ (J.-D. hätte vielleicht besser den Namen *gymnastische Rhythmatik* wählen sollen. Bemerkg. der Red. der dtsch. Turnzg.) „Trotz dem der Marsch das „A“ und „O“ seiner Methode ist“, gibt es Übungsstunden, in denen nicht einmal die Füsse und Beine zu einer gehörigen Durchturnung kommen. So habe ich unter andern schon einer Übungsstunde von grösseren Schülerinnen unter bewährter Leitung zugesehen, nach deren Ablauf die Schülerinnen die Lehrerin noch um einen Marsch bat, damit sie noch zum Laufen kämen, denn ihre

<sup>1)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, S. 47.

<sup>2)</sup> Deutsche Turnzeitung: In Nr. 15, 1912.

Füsse seien alle ganz kalt. Und dennoch sollte das rhythmische Turnen nach Dalcroze besonders für das weibliche Turnen das beste System sein. Zum Beweis folgt ein Zitat von Dr. Neustätter:<sup>1)</sup> „Wer aber das weibliche Turnen, die körperliche Ausbildung bei der Frau auf einen Höhepunkt bringen will, muss den Ansporn zu der Arbeit, die dies voraussetzt, und damit ihren Zweck und ihre Form auf andere Gebiete verlegen. Das hat J. D. mit instinktiver Genialität getan unter Zugrundlegung des Rhythmus, und er hat ein System ausgebaut, das Ziele erreicht, wie sie schon die alten Griechen und andere natürlich fühlende, und für das Schöne der Körperbewegung begeisterungsfähige Völker angestrebt und erreicht haben. Hier ist also eine Methode gefunden, die die körperliche Ausbildung einerseits durch Inanspruchnahme sämtlicher Muskeln in einer harmonischen, nicht überanstrengenden Form erzielt, anderseits aber auch den Geist zur Exaktheit erzieht und doch so anregt, dass das Turnen zu dem wird, was wir sonst nur etwa durch einen abwechslungsreichen Spaziergang, durch den Ansporn des Wettkampfes u. a. zu erzielen vermögen: zu einem Vergnügen“; oder die schon zu Anfang zitierte Stelle: „J. D. hat sich sein System kristallisiert und etwas geschaffen, was für die Körperbildung namentlich unserer weiblichen Jugend auch vom ärztlichen Standpunkt als etwas ganz Neues und erquickend Rationelles betrachtet werden muss.“

Wie schon gesagt, bin ich bereit zuzugeben, dass viele Bewegungsformen, die J. D. geschaffen hat, imstande sind, unser weibliches Turnen zu bereichern; aber damit ist der rhythmischen Gymnastik wohl die Grenze für das Schulturnen gezogen; denn gerade vom hygienischen Standpunkte aus wäre es nicht zu verantworten, wenn all die vielen Bewegungsmöglichkeiten gelernt und geübt werden sollten, die die musikalische Phantasie uns darbietet. Und dazu sollen dieselben noch so lange geübt werden, bis sie automatisch beherrscht werden; denn Rüst schreibt:<sup>2)</sup> „Für alle Muskeltätigkeit, die nicht aus ästhetischen Gründen der Mitwirkung des Bewusstseins bedarf, soll ein Automatismus erreicht werden.“ „Jede durch Automatisierung gewonnene, neu zur Verfügung stehende Bewegungsgewohnheit ist eine Bereicherung des Ausdrucksmittels des Individuums.“ Werden da nicht eine Menge Bewegungsformen eingeübt, die keinen körperbildenden Wert, und für die das tägliche Leben der Mehrzahl der Kinder keine Verwendung mehr findet? Ja, „im Salon

---

<sup>1)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, 1912, S. 48.

<sup>2)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, S. 45.

nimmt es sich schön aus, wenn das liebe Töchterchen vor den Augen der eitlen Mutter und in Gegenwart der vielen Tanten seinen Körper in schöner Grazie und mit angelernten Gesten zeigen kann.“ Dr. Winter sagt:<sup>1)</sup> „Das Ideal ist der muskelschwache Ästhet, dem das Leben die Musik im lebendigen und belebenden Rhythmus ist;“ und nachher „Er (d. Schüler), dem das ganze Leben ein Spiel, eine Kunst ist, die Ausführung dessen, was die Einbildungskraft geschaffen hat, lauscht mit sensitiver Seele, in lässig vornehmer Pose, dem Rhythmus in der Harmonie der Sphären.“ Diese Ausdrucksweise ist etwas drastisch; aber sie lässt erkennen, dass das Suchen und Sehnen „nach rhythmisch plastischer Darstellung musikalischer Gebilde“ kein so allgemeines Menschheitsbedürfnis ist, oder dass noch nicht jedermann gewillt ist, „in der rhythmischen Gymnastik eine wertvolle künstlerisch-sittliche Erziehungsmacht“ anzuerkennen. Nicht alle „finden in der Durchflutung ihres ganzen Seins von dem Rhythmus ihr Glücklichsein.“ „Die Jugend, dieses neue Geschlecht und die vielverheissende Zukunft, die in dieser Harmonie zum Leben heranreift, vom formalen Rhythmus umgeben, vom musikalischen getragen“, wird sicherlich nie und nimmer unsere Gesamtjugend sein<sup>2)</sup>.) Im Hinblick auf alle Volksklassen ist unsere gegenwärtige Zeit zu real. Wir haben in der Schule einen ernsten Kampf gegen<sup>3)</sup> Skoliose, Lordose, Engbrüstigkeit, Tuberkulose zu führen, haben uns, um mit Dr. med. Paul, Schulärzt in Karlsruhe zu reden,<sup>4)</sup> „in ganz intensiver Weise mit der Korrektur derjenigen Schäden zu befassen, die unter der jahrhundertlangen Herrschaft des Korsetts entstanden sind“. Wollen wir damit das Schönheitsideal aus der Schule verbannen? Gewiss nicht. Ist es nicht auch ein Schönheitsideal, wenn wir bei der Frau, um speziell von der weiblichen Körperziehung zu sprechen, die Muskulatur des Abdomens und der Wirbelsäule kräftigen, sie dazu befähigen, die Bestimmung ihres Geschlechtes zu erfüllen, ohne dass sie dadurch eine zeitlebende Entstellung ihres Körpers erfährt,<sup>5)</sup> und wenn es uns noch möglich wäre, der Frau dazu zu verhelfen, dass ihre Erbmassen, die sie in die Ehe bringt, gesunde seien, um den vielfach, im

<sup>1)</sup> Deutsche Turnzeitung: Nr. 15, 1912.

<sup>2)</sup> Die obigen Zitate stammen aus den Gutachten, die die Bildungsanstalt von J. D. herausgibt.

<sup>3)</sup> Siehe Bluntschli: Bedeutung der Leibesübungen; F. A. Schmidt: Unser Körper; Hart: Die körperl. Fortbildung der Jugend im Lichte der Tuberkulosenbekämpfung.

<sup>4)</sup> Deutsche Turnzeitung: Vortrag gehalten in Karlsruhe.

<sup>5)</sup> Siehe Mesendieck: Körperfaktur der Weiber.

nervenaufreibenden Konkurrenzkampf geschwächten, des Mannes einen Ausgleich zu bieten?<sup>1)</sup>

Dazu aber wage ich es, die Behauptung aufzustellen, dass das System von Jaques-Dalcroze viel zu viel Koordinationsarbeit in sich schliesst. Wir können dieselbe nicht ausschliessen, wollen es auch nicht; denn wir erziehen Körper und Geist; aber bei Jaques-Dalcroze kommt dieselbe in so reichen Masse vor, dass es der Lehrer in der gegenwärtigen Zeit, wo die Überbürdung der Schüler zu einer brennenden Frage geworden ist, nicht verantworten dürfte, seine Schüler auch im Turnunterricht noch damit zu belasten. Trotzdem unsere psychophysische Organisation z. T. eine rhythmische ist, ist sie eben nur auf einfache Rhythmen abgestuft. Ich erinnere an die psychologischen Versuche. Jaques-Dalcroze beweist es selbst; denn Rüst schreibt:<sup>2)</sup> „Was lag näher, als sich an die dem Kinde vertrauteste Bewegung, das Gehen anzuschliessen, die verschiedenen Taktarten durch Betonen beim Auftreten mit dem Fusse zu unterscheiden und deren einzelne Teile durch Armbewegungen etc. kennen zu lehren, durch die Dauer der Bewegungen mit Kopf, Hand und Arm Ordnung und Regelmässigkeit in die Aufeinanderfolge der Zeitwerte von verschiedener Länge zu bringen? „Alles das erscheint jedermann ganz einfach,“ sagt Jaques-Dalcroze, „ich habe auch einmal so gedacht, aber nur zu Anfang meiner Versuche. Leider haben mich diese sehr bald davon überzeugt, dass die Sache durchaus nicht so einfach ist, als sie scheint!“ Also schon bei der Ausführung dieser von Armbewegungen begleiteten Marschrhythmen ergeben sich eine Menge von Hindernissen, die sich den vom Geiste gewollten Ausführungen entgegenstellen, weil schon diese Übungen ziemlich viel Koordinationsarbeit verlangen. Jede Koordinationsarbeit muss wie die geistige Arbeit von Gehirnpartien ausgeführt werden und ist ebenso intellektuelle; also auch eine Nervenarbeit. Als Beweis dafür, dass jedes willkürliche Koordinieren wie die Denkarbeit von der grauen Hirnsubstanz ausgeführt wird, weise ich auf zwei wichtige Versuche hin, die Lagrange angibt:<sup>3)</sup> Prof. Golz von Strassburg brachte einen Hund auf den Kongress in London im Jahre 1881, den er nach fast völliger Entfernung seiner Hirnsubstanz noch am Leben erhalten hatte. Das Tier war nicht mehr imstande, irgendeine willkürliche Bewegung auszuführen. Wie ein Automat ging es gerade aus, versuchte auch

<sup>1)</sup> Siehe Prof. Dr. Grober: Die Behandlung der Rassenschäden.

<sup>2)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, 1912, S. 43.

<sup>3)</sup> Lagrange: Physiologie der Leibesübungen.

nicht etwaigen Hindernissen, die man ihm in den Weg stellte, und trotzdem das Sehvermögen noch vorhanden war, auszuweichen. Es konnte nur noch Reflexbewegungen, oder durch Gewohnheit geworden automatische Bewegungen ausführen.<sup>1)</sup> Dazu stellte Luys<sup>2)</sup> fest, „dass bei Leuten, denen vor längerer Zeit ein Glied amputiert wurde, die graue Hirnsubstanz deutlich begrenzte Atrophien zeigte, und dass diese Stellen je nach dem Gliede, das amputiert wurde, verschieden waren“. Seitdem sind das allgemein bekannte Tatsachen. Durch genaues Studium der Entwicklungs geschichte, der pathologischen Fälle und mit Hilfe des Experimentes ist es möglich geworden, die für alle Teile des Körpers entsprechenden Koordinationsfelder, die sogen. motorischen Rindenfelder (s. Fig. 3) festzustellen und

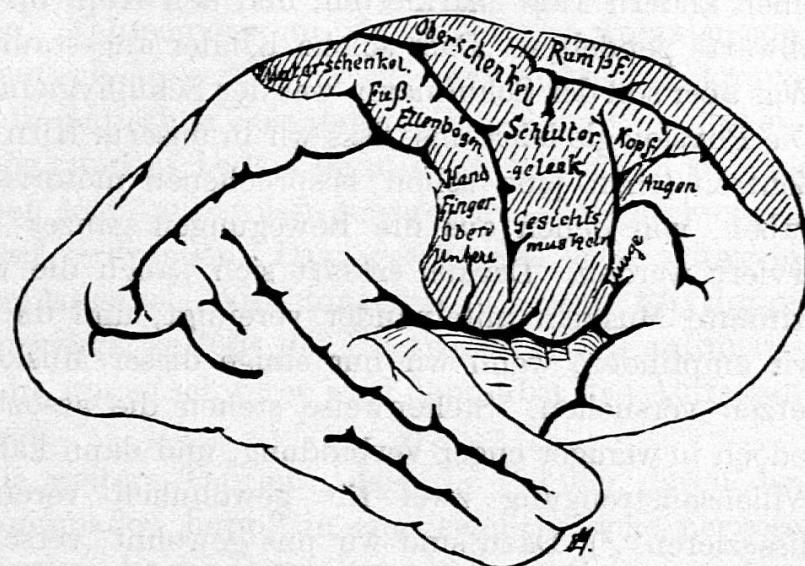


Fig. 3. Motor. Rindenfelder einer rechten Grosshirnhemisphäre.  
Nach P. Flechsig aus Spaltheholz.

auch den Verlauf der Leitungsbahnen (Pyramidenbahnen) im Rückenmark aufzufinden. Es liegt damit offenbar, wie innig willkürlich koordinierte Muskelbewegungen und Gehirnarbeit miteinander verknüpft sind. Wenn bei der Denkarbeit auch nicht die ganz gleichen Partien der grauen Hirnsubstanz in Anspruch genommen werden, so gehen doch wohl dieselben stofflichen Veränderungen vor sich, und es werden dieselben nervösen Ermüdungsstoffe erzeugt. Als Gegen beweis kann die Tatsache dienen, dass allzu grosser Alkoholgenuss zu gleicher Zeit die klare Denkfunktion, als auch ein geordnetes Körperkoordinieren stört. Wenn darum unsere Schüler vor geistiger Übermüdung geschützt werden müssen, und es der Stundenplan nicht zulässt, dass noch mehr Zeit der körperlichen Betätigung gewidmet werden darf, so muss man notgedrungen unter den verschiedenen

<sup>1)</sup> Die Verbindungen durch die Reflex- und Pyramidenbahnen waren aufgehoben, die Reflexbögen aber nicht zerstört.

<sup>2)</sup> Luys, Le cerveau.

Methoden der Leibeserziehung solche auswählen, die das Gehirn an der Muskelarbeit so wenig wie möglich teilnehmen lassen.<sup>1)</sup>

Aber die rhythmische Gymnastik bleibt bei dieser Erlernung gleichartiger Rhythmen nicht stehen. Warum soll der Körper, der zwei Arme, zwei Beine und noch einen Kopf trägt, nur einen Rhythmus schlagen? Es ist dem Schreiber mehr als einmal begegnet, dass als letzte Nummer der Vorführungen von rhythmischer Gymnastik noch die besten Schülerinnen vortraten, die gleichzeitig mit jedem Gliede einen andern Takt markierten, und den Kopf im Zweitakt auf- und abwärts pendelten. Dass solche Kinder angestaunt werden, ist klar. Was aber soll der Schulmann, was der Schulhygieniker davon denken? Die Physiologie lehrt uns, dass wir in unserm Hirn gewisse motorische Zentren (eben jene schon besprochenen motorischen Rindenfelder) haben, von denen aus die Bewegungen ganzer Körperregionen innerviert werden. Daraus erklärt sich „auch die Solidarität, die bestimmte Muskeln miteinander vereinigt, und die Schwierigkeit, die wir empfinden, wenn wir nur einige dieser Muskeln in Tätigkeit zu setzen versuchen. Stellenweise stehen die assoziierten Bewegungen jedoch in weniger enger Verbindung, und dann kann man mit grosser Willensanstrengung zwei für gewöhnlich vereinigte Bewegungen dissoziieren“.<sup>2)</sup> Dazu sind wir uns gewohnt, verschiedene motorische Zentren in gleicher Weise zu innervieren. Beispielsweise fällt es uns gar nicht schwer, mit dem Kopf, den Armen und den Füßen den gleichen Rhythmus zu betonen. Das eben beschriebene Kunststück kommt nun nur dadurch zustande, dass wir erstens zwei für gewöhnlich assoziierte Bewegungen auseinander reissen (linker und rechter Arm, linkes und rechtes Bein) und zweitens, dass wir verschiedene motorische Zentren (Kopf-, Arm-, Bein- und Fussregion) noch verschieden innervieren. Es bedeutet dies eine Ausgabe von Nervenkraft, die man den Schulkindern gegenüber gar nie verantworten kann. „Kinder, deren Nervenzentren von der Schularbeit her überreizt sind, soll man nicht zu solch schwierigen Koordinationsübungen anhalten.“<sup>3)</sup>

Die schon übergrosse Nervenarbeit wird noch vermehrt durch die Art der Aufgabenstellung. S. Rüst schreibt: „Das einzige Kom-

<sup>1)</sup> Ganz anders sind die Verhältnisse bei Erwachsenen. Hier können schwierige Koordinationsübungen sogar zu einem wohltätigen Ausgleich gegenüber der monotonen Alltagsarbeit werden!

<sup>2)</sup> Lagrange.

<sup>3)</sup> Siehe auch F. A. Schmidt: Unser Körper; p. Kap.: Takt und Automatie etc.

mando ist das Wörtchen „hopp!“, das den genauen Zeitpunkt des Bewegungsanfanges gibt etc. (siehe dasselbe Zitat vorn). Es wird am besten sein, von einem Beispiel auszugehen. Die Schülerinnen bewegen sich vorwärts, indem sie mit den Füßen und Armen den gespielten Rhythmus, oder auch eine Folge von zwei Rhythmen, angeben. Plötzlich beginnt die Lehrerin einen andern Rhythmus oder eine andere Folge von Rhythmen zu spielen. Trotzdem die Schülerinnen ihre erste Aufgabe nicht unterbrechen, sollen sie auf die neue Aufgabe achten, um auf das gegebene Zeichen „hopp!“ in die neue Aufgabe überzugehen. Nehmen wir an, dass die erste Aufgabe von den Schülern automatisch ausgeführt werde, so ergibt sich daraus die Beharrung des automatischen Zustandes in einer zur Gewohnheit gewordenen Bewegung, und es bedarf dann einer besondern Willenanstrengung, um einen solch unbewusst gewordenen Akt durch einen andern unmittelbar zu verdrängen. Dazu gesellt sich das erschwerete Auffassen der neuen Aufgabe. Wird hingegen der erste Rhythmus nicht automatisch inerviert, so fällt die Überwindung des automatischen Zustandes dahin, um so schwerer wird dann aber das Auffassen der neuen Übung sein.

Dazu kommt die weitere Tatsache, dass die Schüler durch das Warten auf das Kommando „hopp“ in eine eigentümliche nervöse Spannung versetzt werden, die der Physiologe als Zustand des latenten, Reizes“ bezeichnet. Die latente Reizung hat die Aufgabe, den Körper, trotzdem sie seinen momentanen Zustand (Ruhe oder Bewegung) nicht ändert, auf die neue Aufgabe vorzubereiten, um dann im geeigneten Moment mit der plötzlichen Innervation bereit zu sein. Solche Reizzustände sind in besonders hohem Masse geeignet, eine grosse Summe nervöser Kraft in Anspruch zu nehmen und jene Schwächezustände zu erzeugen, welche der Mediziner als „reizbare Schwäche“ bezeichnet.<sup>1)</sup> „Der latente Muskelreiz ist eine Kraftausgabe, die sich jeder mechanischen Schätzung entzieht; aber sie ist ein physiologischer Akt, der am Nervensystem nicht unbemerkt vorübergeht und der bei der Analyse einer Leibesübung mit in Rechnung gestellt werden muss.“ Dieser stete Zustand des latenten Reizes wird geradezu als Ursache bezeichnet, weshalb die immer, trotz ihrer scheinbaren Ruhe, lauernde Katze auch im Winter, in welchem sie während des Tages kaum ein paar vereinzelte Sprünge ausführt, nie fett wird. Deshalb werden solche Übungen von gewissen Physiologen als bestes Ent-

---

<sup>1)</sup> Lagrange: Physiologie der Leibesübungen.

fettungsmittel empfohlen. Vom soeben zitierten Autor mit folgender Begründung: „Zu den wichtigsten Funktionen des Nervensystems gehört die Regulierung des Ernährungsvorganges. Jede Nervenanspannung, jeder übermässige Verlust an Nervenkraft, setzt die Energie des Ernährungsvorganges herab und begünstigt die Bewegung der „Denutrition“, mit andern Worten, der Abmagerung.“ Der Leser frage sich selbst, ob wir für unsere Schuljugend solcher Übungen benötigen. Jeder Lehrer kann zusehen, wie bis zum Schluss des Schuljahres die runden frischen Feriengesichter der Kinder, namentlich der Mädchen, verblassen und nach und nach einem müden Ausdruck weichen. Dazu haben wohl schon die meisten Elementarlehrer beobachtet, dass der Übergang vom Haus zur Schule für viele Kinder einen gewaltsamen Eingriff in die natürliche Körperentwicklung bedeutet. (Rüst will in den ersten Schuljahren Knaben und Mädchen rhythmische Gymnastik lehren.) Axel Keys Experimentelle Didaktik enthält darüber folgende Angaben: Während den ersten drei Monaten des Schulbesuches nimmt das Gewicht der Schulkinder um  $\frac{3}{4}$  kg ab. Kinder, die nach sechs Jahren die Schule besuchten, hatten nach einem Jahr um 1 kg weniger zugenommen, als solche, die während der nämlichen Zeit noch dem Elternhause überlassen wurden, und blieben um 2,1 cm im Längenwachstum zurück.“ So komme ich zur festen Überzeugung, dass die rhythmische Gymnastik nach Jaques-Dalcroze auch vom „ärztlich-hygienischen“ Standpunkte aus, als **Schulfach abzulehnen** ist.

Zum Schluss möchte ich noch ganz kurz den pädagogischen Wert der rhythmischen Gymnastik streifen. Rüst schreibt: „Für die Art der Übung wird des Kindes besonderes Interesse geweckt, häufig dadurch, dass die Übung die Form des natürlichen kindlichen Spieles annimmt.“ Herr Dr. Winter sagt:<sup>1)</sup> „Jaques-Dalcroze begegnet sich mit dem Turnen in der selbstverständlichen Forderung, alle Übungen in die der Erholung dienstlichste Form zu kleiden. So denkt das Kind beim Sprung nach vorn auf das Kommando Hopp! an das Bächlein, das über die Strasse fliesst, beim Rücksprung an die Kröte, die über den Weg läuft.<sup>2)</sup> Diese Art der Besiegelung und Verschönerung der Bewegungen des Kindes ist im Interesse der geistigen Gesundheit und der Pflege einer ungekünstelten Vorstellungswelt der Jugend abzulehnen.“<sup>1)</sup> Auch jene Bemerkung eines schlichten Mannes war

<sup>1)</sup> Deutsche Turnzeitung Nr. 15, 1912.

<sup>2)</sup> Aus Jaques-Dalcroze: Der Rythmus als Erziehungsmittel, übersetzt von P. Böpple, S. 81 und ähnlich S. 104.

ganz treffend, der sich bei einer Vorführung von rhythmischer Gymnastik dahin äusserte, dass das ständige „sich dem Rhythmus überlassen“ jegliche eigene Initiative töte und einen entschlussfähigen Willen allmählich zerstöre; genau wie Bücher bestätigt, indem er selbst sagt, dass der Rhythmus die Grenzen zwischen Spiel und Arbeit verwische. „Alles rhythmische Turnen im Übermass betrieben, wirkt entmannend und entnervend,“ äussert sich Prof. Dr. F. A. Schmidt.<sup>1)</sup> Wir können darum nicht die Hoffnung hegen,<sup>2)</sup> „dass durch die rhythmische Gymnastik die Kunst sich einmal mit dem Leben zu einer höhern Einheit verbinde, und dem menschlichen Geist die glückliche Heiterkeit und dem Körper die harmonische Ausbildung verleihe, durch welche die besten Naturvölker sich auszeichnen“.<sup>2)</sup> Unseres Volkes Zukunft ist nicht einzig im Rhythmus begründet; sie ist vielmehr abhängig von einem entschlussfreudigen, geistig und körperlich gesundem Geschlecht.

---



---

<sup>1)</sup> F. A. Schmidt, *Unser Körper*, III. Aufl., S. 393.

<sup>2)</sup> Päd. Zeitschrift Nr. 1, 1912, S. 49.