

<b>Zeitschrift:</b>	Schweizer Erziehungs-Rundschau : Organ für das öffentliche und private Bildungswesen der Schweiz = Revue suisse d'éducation : organe de l'enseignement et de l'éducation publics et privés en Suisse
<b>Herausgeber:</b>	Verband Schweizerischer Privatschulen
<b>Band:</b>	3 (1930-1931)
<b>Heft:</b>	6
<b>Artikel:</b>	Schule und Sport [Fortsetzung]
<b>Autor:</b>	Giese, Fritz / Matthias, E. / Moeschlin, Felix
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-851427">https://doi.org/10.5169/seals-851427</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 28.01.2026

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

Organ für das öffentliche und private Bildungswesen der Schweiz  
40. JAHRGANG DER SCHWEIZERISCHEN PAEDAGOGISCHEN ZEITSCHRIFT  
24. JAHRGANG DER „SCHULREFORM“

Herausgegeben in Verbindung mit

Univ.-Prof. Dr. P. Bovet, Prof. Dr. v. Gonzenbach, Priv.-Doz. Dr. H. Hanselmann,  
Univ.-Prof. Dr. Matthias, Rektor J. Schälin, Sem.-Dir. Dr. Schohaus und Sek.-Schulinsp. Dr. Schrag  
von  
Dr. phil. Karl E. Lusser

## Schule und Sport.

Eine Artikelreihe.

III.

### Sport als aktuelle Körperschulung.

Von Dr. Fritz Giese, Professor an der Technischen Hochschule, Stuttgart.

Wenn heute die Schule zur Körperbildung erneut Stellung nimmt und wenn insbesondere der „Sport“ Thema wird, so muß man sich darüber klar sein, daß jetzt die Verhältnisse bereits anders liegen, als vor zehn Jahren. —

Damals war zweierlei zu vermerken: einmal der starke expressionistische Bedarf einer Welt, die den Krieg hinter sich hatte; zweitens aber das Problem „Jugend und Frau“, das aktuellen Interessengrad erreichte. Die expressionistische Tendenz offenbarte sich nicht nur in Literatur und Kunst, sondern auch zumal in der Körperfikultur. Das Erlebnis und der Mensch, das Ich und die Seele: dergleichen Themen waren selbstverständlich erster Ordnung. Das Individuum protestierte gegen die Uniformierung durch den Staat, durch das Staatsschicksal — aber es protestierte streng individualistisch, noch nicht kollektivistisch. Erst die Folgezeit ersetzte Zwangsumformierung durch Zwangskollektivierung und wie immer in der Geschichte der Menschheit, kann man heute feststellen, daß nahezu eine Flucht in's Kollektiv droht, geboren aus dem neuen Tatbestand der Arbeitslosigkeit, des Zusammenbruchs des Mittelstandes, des Generationschicksals der Alten und der Hoffnungslosigkeit der — nicht einmal einen freien Berufsplatz findenden — jungen Welt.

Vor zehn Jahren war das Problem „Jugend“ ebenfalls anders gelagert. Die Zeiträume, insbesondere in der Paedagogik, hatten die Jugend vernachlässigt. In der hier besonders aktuellen Sonderwissenschaft der Psychologie war bis dahin stärker dem „Kind“ die Aufmerksamkeit geschenkt worden. In und nach den kriegerischen Verwicklungen der Länder erwuchs erziehungsfrei eine neue Jugend, die — ihrerseits ohne elterliche Tradition

und Obhut geworden — einem Chaos gegenüberstand. Problem wurde paedagogisch nun die Pubertät — und die Hochflut eines zugeordneten Fachschrifttums bezeugt die Richtigkeit des Befundes. Noch heute findet man eine Ueberbetonung der Entwicklungsjahre und ihrer Psychologie, und man mag berechtigt fragen, ob es segensreich wurde, aus dieser Sonderfrage einen derartigen Aufwand zu machen und darüber viel wichtigere Problemstellungen der paedagogischen Psychologie zu vergessen (insbesondere der forensische Anwendungsgrad dieser neuen „Pubertätspsychologie“ jugendlichen Kriminellen gegenüber stimmt bedenklich). Hinzu kam als Problem die Frau, die als Wirtschaftsfaktor, darüber hinaus aber auch als emotionales Agens einer weibtfremden Männlichkeit, nach dem Kriege thematisch Interesse einflößte. Das zeigte sich keinesfalls nur in der arbeitsmarktgemäßen Anteilnahme des weiblichen Geschlechtes, sondern — was immer viel entscheidender ist — kulturell vor allem in den Erscheinungsweisen der gesellschaftlichen Prägung. Ich habe in meinem Buche „Girlkultur“ (München, Delphinverlag, 1926) darauf verwiesen, wie unter anderem Amerika, das Europa nach 1918 in sein zivilisatorisches Kielwasser riß, hierin plötzlich Ideal wurde: in der Mode, im Film, im Roman, im Tanz. Ueberall dieselbe Erscheinung: das Idol des Girls, das Problem „junge Weiblichkeit“, und das Ganze in vielfältiger (hier nicht erneut aufzuzeigender) Form gekoppelt mit den Lebenserscheinungen der bürgerlichen Existenz. Die Jugend und insbesondere die weibliche Jugend war damals Mode. —

Dieses beides aber — expressionistische Tendenz und die eben erwähnte Note — bewirkte, daß unmittelbar

nach 1918 nicht der Sport aktuell war, sondern zunächst „Tanz“ und „Gymnastik“.

Wollte man überhaupt jenen ureigenen Weg personaler Vervollkommenung durch und mit dem Körper gehen, wollte man paedagogisch betrachtet die körperseelische Ebene erziehen, also nicht nur die isolierten Zonen des Intellektes oder auch der Sinneswerkzeuge, so lag der Epoche vor 10 Jahren immer die Gymnastik nahe. Genau so, wie in Deutschland vor hundert Jahren das „Turnen“ der körperseelische Ausdruck war; jenes Turnen, geboren aus den Idealen männlicher Erziehung und im Sinne staatsbürgerlichen Gesinnungsunterrichtes. Die Gymnastik war expressionistisch und feministisch zugleich. Also paßte sie damals erstrangig in das Bildungsbild der Jahre. Ich habe an anderem Orte (in dem Buch „Körperseele“, München, ebendort, 1925) an Bildern und im Text aufzeigen können, welche kulturellen und welche psychologischen Hintergründe diese gymnastische Bildung besaß, die sich teilweise zum Tanz, teilweise zur Musik in eine entsprechende Beziehung setzte. Anfangs gab es in dieser Gymnastik sogar ausgesprochen verschiedene „Richtungen“ und Richtungstendenzen. Es gab Schulen, die sich lebhaft bekämpften und grundsätzlich von ganz verschiedenem Boden her die paedagogische Komponente entwickelten. Manche waren rein anatomisch-funktionell gerichtet, andere rein aesthetisch-kallisthenisch; wieder andere banden sich an Metron und Takt, andere direkt an die Musik; einige strebten in das völlig Abstrakte, wieder andere bevorzugten die Lebensnähe der harmonisch-konkreten Darstellung des Individuums „Frau“. Die besondere Rolle, die die männliche Jugend dabei spielte, wollen wir ebenfalls nicht erneut betonen. Es gab noch Uebergangsbeziehungen zu den Spielen der Wandervögel, den Reigen der Jugendbewegung und dergleichen mehr.

Diese verschiedenen „Richtungen“ sind heute kaum noch rein vorzufinden. Teilweise hat man billigerweise voneinander gelernt, teilweise hat auch der Tagesgebrauch die Unterschiede abgeschliffen. Viel öfter noch ergab sich ein mehr oder minder peinliches Gemisch aus verschiedensten Quellen. Daher findet man klare Stilgebung nur selten und nirgendwo jene Unterschiede wie einst: zwischen Loheland und Mensendieck, Dalcroze oder Bode, Steiner oder den Masdasnangruppen — von den unendlich vielen Schulen ohne produktiven Kopf ganz zu schweigen (und diese machen heute die überlegene Masse aus). Die Gymnastik verbürgerte sich und verlor damit kulturell sowohl Problematik wie Interesse. Heute ist sie, als Gemisch ursprünglich mannigfacher Stile, oft genug nichts anderes als ein pures Schulfach und ein „Beruf“ für Frauen, die Brot suchen. Die Gymnastik hat insbesondere durch Ausbildung einer Ueberfülle von lehrberechtigtem Nachwuchs in vieler Beziehung sich das eigene Grab geschaufelt. Aber selbst das wäre nicht das Entscheidende, als eben das Fehlen jeder Aktualität. Die Menschheit hat heute viele Sorgen und tausend Probleme: aber weder das eine noch das

andere führt an die gymnastischen Lebensaufgaben heran. Die Gymnastik ist bürgerlich selbstverständlich geworden, etwa wie der frühere Klavierunterricht, einst die Holzbrandmalerei, oder sonst etwas, das „man“ betreiben mußte. Ihre innersten, rein kulturellen Grundlagen, gingen als Aktualität verloren (s. o.). Alle wissenschaftlichen Probleme aber ruhen noch heute in den Händen jener wenigen, führenden Schulen, die eigene Produktivität auf gymnastischem Gebiete entfalteten — und das sind meist solche, die schon vor der Aktualitätswelle bestanden und die bereits vor 1914 von Winther (Körperbildung als Kunst und Pflicht) darstellerisch behandelt worden sind. —

Für die Paedagogik bedeutet aber Verlust an Aktualität immer ein Altern des Lehrstoffes. Die Körperbildung behandelt keine ewigen Werte, wie die Religion, und keine unmittelbaren Verbindungsbrücken, etwa wie der Geschichtsunterricht. Sie muß Lebensnähe besitzen, soll sie auf die Jugend wirken. Ebensowenig könnte heute die schwedische Gymnastik, oder die ehemalige Nacktkultur Aktualitätswert aufzeigen; mögen sie immer in internen Zirkeln weiterbetrieben werden. Auch die Wiederbelebung des alten deutschen Turnens wäre unaktuell — abgesehen davon, daß es als übliches Turnen längst ganz andere, als nur die klassischen Elemente in sich aufgenommen hat.

So ist auch die Gymnastik bald in Fusionen eingetreten mit Nachbargebieten. Das war einmal der künstlerische Tanz (über den wir hier nicht sprechen), zum anderen vom Sport die Leichtathletik. Auf den großen Hochschulen (so der Berliner „Hochschule für Leibesübungen“) haben sinngemäß gymnastische Kreise den bequemen Uebergang zur Leichtathletik gefunden, wurde umgekehrt (von Diem) für den Sportler die Devise „Ausgleichsgymnastik“ propagiert. Damit verliert natürlich der ursprüngliche gymnastische Gedanke an Prägnanz, erfolgen erneute Vermischungen und Verwischungen! (Man blicke nur einmal in eine moderne gymnastische Durchschnittsanstalt und beachte, was heute alles mit „aufgenommen“ worden ist, um dem Unterricht zu dienen). So kamen die Frauen zum Sport und die Männer zur Gymnastik. Doch immer deutlicher zeigte sich, daß der Sport als solcher aktueller war, ja dauerwerthafter sich gebärdete.

Wie kommt das?

Und warum ist der Sport insbesondere aktueller als die Gymnastik?

Ueber gewisse Grundlagen, die dem Sport stets eigen sind, hat mein Beitrag im vergangenen Heft gehandelt. Betrachten wir die Frage heute, aus der unmittelbarsten Gegenwart und zugleich nicht nur kulturphilosophisch, sondern überdies paedagogisch, so kann man auf folgende Befunde hinweisen:

Neben der allgemeinen Umstellung der Menschheit vom Expressionismuserleben auf die Tat, von dem Problem Jugend-Frau auf den Menschen, treten noch spezifische zivilisatorische Gründe, welche den Sport aktueller werden lassen, als eine andere Form der Körperbildung.

Bereits die Gymnastik und dazu auch der Tanz ist heute z. T. aktiviert. Nicht das Ausdrücken des Ichs, das bloße Erlebnis wird gesucht, sondern die Tat, das Leisten, das Vorwärtskommen. Dieser Wille zur Tat beherrscht wiederum breite Kreise und wir dürfen nicht verkennen, daß Mitteleuropa ganz besonders auch aus politischen Unterströmungen den Hunger nach Tat fühlt. Nicht das egozentrische Erleben, nicht das bloße Folgenwollen, nicht gar das Unterdrücktwerden unter irgendein Kommando, eine Doktrin, sondern die personale Aktionsfähigkeit — das ist Sehnsucht. Freilich kann dieser Aktionswille auch kollektivistischen Charakter annehmen. Der Erzieher wird zu fragen haben, ob ihm das erwünscht ist, oder ob er das Individuum über das Kollektivum stellt? Kein Wunder, daß überall dort, wo heute Körpererziehung und politische Richtungslinie Hand in Hand gehen — wir gedenken gewisser parteipolitischer Jugendgruppen — der Kollektivcharakter gern in den Vordergrund gerückt wird. Damit aber kommen dann Tendenzen der Erziehung hinein, die viel eher dem alten Turnen, als dem modernen Sport ähneln, bei dem (vgl. meine frühere Darlegung) der individualistische Kern unendlich viel stärker ist, als der kollektive. Jedenfalls siegt beim letztern immer (im Idealfall) der Einzelne über die Gruppe und bleibt auch bei Gruppenarbeit der Individualleistung stets „Tür und Tor“ geöffnet (s. Fußball).

Daß die Frau heute nicht mehr das Problem ist und daß auch die Jugend nicht mehr erstrangige Bedeutung besitzt, folgert aus dem Schicksal der Wirtschaft. Die drückenden, wenn auch überaus realen, Fragen sind heute international gebunden an die Wirtschaftsnatur der Völker. Keinen Augenblick sehen wir darin einen Idealzustand, keinen Augenblick bezweifeln wir, daß dieser Zwischenzustand des nur — wirtschaftlichen Denkens abgelöst wird durch anderes. Insbesondere der Erzieher darf nicht zugeben, daß pure ökonomische Richtlinien die Bildungsziele letztlich bestimmen. Ich habe in meinem Buch „Bildungsziele im Maschinenzeitalter“ (Halle, Marhold, 1930) erst jüngst auf diese Einsichten für die Paedagogik verwiesen. Was in diesem Zusammenhang aber interessiert, ist die Minderung des allgemeinen Interesses an der Problematik der Gymnastik vor 10 Jahren. Das zeigt sich übrigens sogar im völlig Negativen: so in der Verscheußlichung der weiblichen Mode, die an grauenvollste Auswüchse der kitschigen 80er Jahre des vergangenen Jahrhunderts erinnert und den erfreulichen, stilreinen und künstlerisch einwandfreien Ton noch vor fünf Jahren völlig vergessen hat. Sehen wir diesen Befund dynamisch, so erkennen wir darin nur die Richtigkeit des Gesagten: die Frau rutscht zurück als zweitrangiger Faktor; sie wird wieder ganz und gar weibchenhaft geschätzt; alle schönen Worte von Kameradin, Lebenstüchtigkeit, „sportmoderner Selbständigkeit“ sind dahin — die Mode prägt die Frau um auf Zeiten, die weder Frauenstudium, noch berufliche Weiblichkeit kannten. Das alles sind natürlich für den Beobachter nur Symptome ganz anderer Hintergründe, deren wichtigster ein Wiederauf-

leben der männlichen Problematik bleibt, jener Menschen, ohne gesicherten Beruf, jene Leute voll Arbeitslosigkeit, Betriebssorgen, seufzend unter der Last von Steuern; verstrickt in ein Netz internationaler Bindungen. Der reife Mensch, der vorzeitig Alternde, der zu früh als Schrot gewertete Mensch ist heute aktuell — nicht die Jugend, nicht die Frau. Das alles aber führt auf dem Randstück, das die Körperbildung in diesem Zusammenhange darstellen muß, fort von der gymnastischen Hochepoche der Nachkriegszeit. — Die hinzutretenden spezifischen zivilisatorischen Gründe sind aber noch folgende:

Einmal erwächst immer stärker das Problem Großstadt: jenes Zentrum intensiver, wenn auch oft nicht ertragvoller Berufsarbeit. Jenes Zentrum voll Parteidader und Parteidengänz. Jener Mittelpunkt praktisch-politischer wie regierungsbedingter Organisation von Staat und Wirtschaft. Der Wert „Freizeit“ ergibt eine Flucht aus der Stadt — und so entstehen die zwei Varianten „Siedlung“ und „Wochenende“. Auch sie sind nichts neues, nichts völlig zeitgeschaffenes. Aber sie sind aktuell. Die erhebliche Wohnungsnot und die Massenmenschlichkeit der großstädtischen Mietskaserne einerseits; andererseits der Hang, sich gegenüber dem Kollektiven in der Menschenansammlung „Stadt“ einen Eigenbesitz, inmitten des Schwankens aller Wirtschaftswerte, einen Fixpunkt zu schaffen, jener Urtrieb nach Besitz und Bodennähe — das alles und mehr ergibt Förderung des Siedelungsgedankens. Dazu die Freizeitpflege des Wochenendes, das oft nur Anfang ist für das eigene Haus und das innerlich verschwistert bleibt in der Motivierung mit jenem Gedanken. Beide Ideen sind aktuell — beide Ideen aber sind innerlich sportbedingt. Kollektivwerte (wie beim Massenturnen) wären hier kaum angebracht. Sie finden nicht unmittelbar gleichen Nutzgrad der Anwendung. Gymnastik ist andererseits zu tatfern, auch zu aesthetisch, oder zu hygienisch-therapeutisch gerichtet, vielfach auch viel zu introvertiert geartet, als daß sie sich zu innerst mit diesen neuen Ideen, die ein gutes Stück der Freizeit der Menschen füllen, verbinden könnte. Jedenfalls wird sie niemals erstrangig, nie ohne Leichtathletik vollwertig mit Siedlung und Wochenende gebunden sein. Kommt doch bei letzterem hinzu die natürliche Koppelung mit bestimmten Sportarten (so Rudern, Schwimmen, Faltbootbenutzung usw.), um wiederum die Brücke zur Tat, zur Leistung, zum objektiven Zielwert zu gewinnen. Außerdem aber muß — so seltsam es klingen mag — das Kraftfahrzeug genannt werden, das sichtlich den Sport fördert.

Die mitteleuropäische Jugend und der Mitteleuropäer in Massen, ärmer als andere Völker, treibt intensiv Motorradsport. Wochenende und Motorrad sind verbundene Begriffe! Alsdann aber steigt in Europa immer stärker an der Autoverkehr des Privatmannes — so sehr, daß englische Eisenbahnen Dutzende von Eisenbahnstationen eingehen ließen. Das Privatfahrzeug ermöglicht sowohl die Organisation der Siedlungen, wie die Ge pflogenheit der Wochenendbewegung — es ist aber an sich ideell ein ausgeprägt sportliches Instrument. Allein

das Bewältigen von Strecken, allein das Einhalten eines Fahrprogramms — von allen anderen Wirkungen der „Maschine“, des Interesses an starkem Motor, an Ueberwinden von speziellen geographischen Schwierigkeiten ganz zu schweigen — ist ausgeübter Sport! Auch der behaglichste Amateurfahrer empfindet doch etwas wie Aktivitätsdrang und etwas wie Sportsidee, wenn er sich vorgenommen hat, ein bestimmtes Ziel zu erreichen: entgegen den Schwierigkeiten des Weges und der Zeit. Expressionismus, aesthetische Einfühlung, personale Gestaltung und dergleichen Attribute gymnastischer Erziehung sind in diesem Sinne weniger aktuell. Erziehung auf Konzentration, Leistungsverbesserung, Selbstkontrolle und Ausdauer dagegen durchaus lebensformbedingt, und das lehrt der Sport. Man muß also schlechthin sagen, daß der Aktualitätsgrad des Sportes gegenwärtig besonders groß ist und erheblicher, als andere Wege der Körperforschung.

Der Paedagoge hat zu entscheiden darüber, woraufhin er erziehen will. Er muß bei Verfolgung bestimmter Ziele wissen, daß das Erziehungssubjekt am Aktuellen

besser gepackt wird, als am Ideell-Gegenwartsfernen. Er wird mithin als Instrument den Sport richtig einzuschätzen wissen; als Instrument, da er natürlicherweise nicht weiter sein kann und darf, als Mittel zum Zweck. Nicht der Sportsmeister ist das paedagogische Gemeinschaftsziel, sondern der Mensch. Als Instrument zur Charakterbildung ist der Sport lebensnäher — wenn wir die „Wege zum Ich“ über den Körper und seine Erziehung wählen. —

Doch ist das nur eine Seite der Sache.

Der Sport ist zugleich ein objektives, allgemeines, kulturell bedingtes Phänomen der Gegenwart. Ein Phänomen, unter dessen Einflußzone der zu Erziehende auch dort steht, wo wir es gar nicht wünschen. Sport kann nicht nur positive, er kann auch negative Leistung sein. Und abermals muß dann die Erziehung einsetzen — nunmehr prophylaktisch, vielleicht sogar therapeutisch. Doch ist diese Frage der kulturellen Fehlleistung, die der Sport schlechthin bietet, ein Sonderfall, den wir getrennt behandeln möchten.

#### IV.

## Schulgymnastik und Schulsport.

Gedanken für die Praxis.

Von Univ.-Prof. Dr. E. Matthias, München.

### A. Das Wesen der Leibesübungen.

In unserm letzten Beitrag (s. Juliheft 1930) haben wir in gedrängter Form das Wesen der Leibesübungen zu kennzeichnen versucht. Aus jener Darstellung geht hervor, daß durch die Körperbewegungen alle Organsysteme auf irgend eine Weise zur Mitarbeit herangezogen werden, ja daß darüber hinaus auch seelisches Erleben mitklingt.

Darin nun, wie groß der Anteil der einzelnen Organgruppen ist, wie groß und in welcher Form das seelische Erleben mitklingt, kennzeichnen sich die verschiedenen Formen der Leibesübungen.

Es gibt Formen, bei welchen größte Körperbeherrschung eine besondere Rolle spielt. Die Leser denken an die kunstvollen Formen eines guten Geräteturners. Körperlich steht dabei die koordinierende und innervierende Arbeit, also die Arbeit des motorischen Nervensystems im Vordergrund. Auf geistig-seelischem Gebiete ist wohl vor allem eine konzentrierteste Aufmerksamkeit einerseits, andererseits eine gute Dosis überlegten Mutes, aber auch ausdauernder Wille nötig, um die Stufe eines guten Kunstturners zu erreichen.

Wie anders eine Wanderung durch Wiese und Wald einer schweizerischen Voralpenlandschaft. Die Koordination ist einfach... ja die Bewegungen sind größtenteils automatisch. Gelegentlich kreuzt ein Wanderer den Weg,

ist vielleicht das Ueberschreiten eines Steges, die Ueberwindung eines kleinen Hindernisses notwendig. Für die Nerven bedeutet diese Form Leibesübungen größte Entspannung. Geht die Wanderung weit, ist das Marschtempo dazu noch etwas flott, dann sind im Gegensatz zur kurzdauernden Gerätübung die stofflichen Umsetzungen im Körper sehr gesteigert. Diese Steigerung ist aber doch nicht so, wie beim Bergsteiger, der mit schwerem Rucksack und Pickel den 4000 Meter Berg erklettern muß, auch nicht so wie beim Läufer, der die 800 Meterstrecke in kürzester Zeit durchheilt. Die Steigerung ist wohl da, ist in ihrer Summation so gemäßigt, daß sie den Wanderer zu einer strammen Dauerleistung befähigt. Wie anders das seelische Erleben. Entspannt, ja mit ruhigem Wohlbehagen schweift der Blick über die wechselnde Landschaft. Bald ist es die Wiese mit dem Bach, bald der stille Wald, dann wieder der weite Blick über Feld, Wald und Hügel, der die Seele zu einem heitern, frohen, entspannten, ja im Unterbewußtsein fast schöpferischen Gestalten aufleben läßt.

Vergleichen wir damit den Schnellläufer der kurzen Strecke. Die Motorik ist ja eine ähnliche wie beim Wanderer. Auch er muß den Körper vorwärts bewegen, also arbeiten im zentralen Nervensystem wiederum die Beinzentren. Die Motorik ist dabei z. B. bei einem 200 Meterlauf in die gedrängteste Form weniger Sekunden geballt. Deshalb muß diese Motorik vorher bis



Fig. 1

Die beiden geraden Muskelzüge (schematisch)

in die letzte Feinheit geübt und beherrscht sein. In dieser kurzen Zeit aber (der Weltrekord steht heute auf 20,6 Sekunden, der Schweizerrekord auf 22,2 Sekunden; diese Zahlen dienen dem Leser nur als Vergleichszahlen) müssen Atmungs- und Kreislauftätigkeit, vorab die letztere ihr Höchstes, ja ihr Letztes leisten. Geistig-seelisch ist diese Uebung in gewissem Sinne verwandt und daneben doch wieder abweichend von der Geräteübung. Zu der Wanderung steht sie im größten Gegensatze. Bei dieser größte Entspannung, hier größte Aufmerksamkeit. Ja nur höchster Wille und restloses Zusammenreißen aller körper-seelischen Energien lassen solche Zeiten vollbringen.

So hat jede Uebungsart sowohl in rein körper-organischer Beziehung als auch hinsichtlich der geistig-seelischen Auswirkungen ihre ganz besonderen und in dieser Zusammensetzung, nur ihr allein zukommenden Uebungswerte.

Welche dieser Uebungswerte sind nun für den Menschen die besten? Diese Frage ist müßig, denn in dieser

Die Bilder stammen z. T. aus dem Buche des Verfassers:  
„Die Frau, ihr Körper und dessen Pflege durch die Gymnastik“.  
Eigenbrödler-Verlag, Berlin-Zürich, 1929.

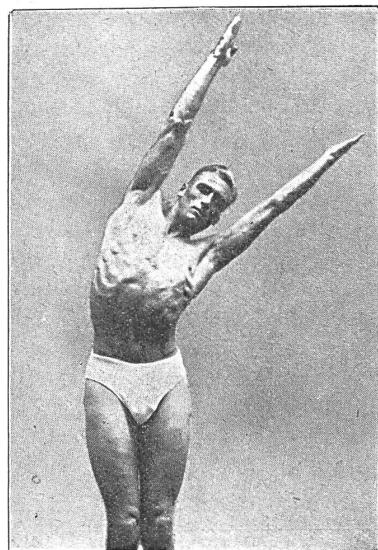


Fig. 2  
Die Rumpfmuskeln in der Vorderansicht

Absolutheit kann sie nie beantwortet werden. Die Antwort kann nur gegeben werden im Hinblick auf den Menschen, der sie ausübt, im Hinblick auf dessen Alter, Geschlecht und körper-seelische Eigenart. Bei den Erwachsenen spielt auch die soziale Stellung (leider!) aber auch der Beruf eine Rolle.

So ist uns für unsere nächste Aufgabe der Weg vorgezeichnet. Es handelt sich darum, die einzelnen Uebungsarten in ihren körper-seelischen Auswirkungen zu kennzeichnen, um daraus die für ihre Anwendung nötigen Folgerungen zu ziehen. Natürlich geschieht dies immer mit besonderer Berücksichtigung der Jugenderziehung.

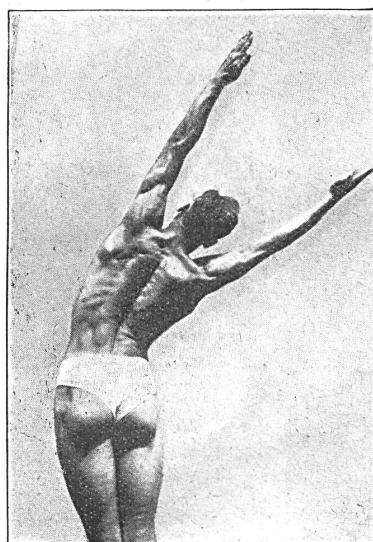


Fig. 3  
Die Rumpfmuskeln in der Rückenansicht



Fig. 4  
Ein ganz freies Schwingen

## B. Die Wirkung der einzelnen Uebungsformen.

### 1. Die Gymnastik.

Wir beginnen dabei mit einer sehr einfachen Form, mit derjenigen Uebungsart, die ohne jegliches äußere Hilfsmittel, nur an und mit dem Körper selbst ausgeführt wird, mit der **Gymnastik**. Wir wählen dieses Wort bewußt, im Gegensatz zu dem oft gebräuchlichen Wort **Freiübungen**, weil es uns das Wesen derjenigen Uebungsformen, die wir damit fassen wollen, umfassender angibt.

In der Umschreibung der **Gymnastik**, als einer Uebungsform, die jeglicher Hilfsmittel entbehrt, liegt ihr Vor-, wie aber auch ihr Nachteil. Der Nachteil liegt darin, daß sie im Grunde erlebnisarm ist. Es werden keine

Berge erstiegen, keine Wasserwogen geteilt, es ist kein Kampf gegen den Gegner, es ist eine schlichte Arbeit an und mit dem eigenen Körper.

Doch schon diese Arbeit kann sowohl äußerlich wie innerlich verschieden gestaltet werden.

Es gibt Gymnastiksysteme, die im Dienste einer körper-seelischen Ausdruckskultur stehen, andere, die der rein tänzerischen Zweckgymnastik dienen. Wieder andere stellen sich in den Dienst des Körpertrainings für kommende sportliche Leistungen; endlich andere in den direkten Dienst einer durchdachten Körperhygiene oder gar des Heilturnens. Wir erkennen somit auch auf diesem engumgrenzten Gebiete je nach der innern Einstellung eine ganz verschiedene Ausgestaltung. Natürlich gilt auch hierfür der Ausspruch Friedrichs des Großen, bei dem ja bekanntlich jeder nach seiner Fasson selig werden konnte. Wir Menschen sind nun einmal nach unserer körperlichen und seelischen, aber auch sozialen Struktur so verschieden, daß es ganz selbstverständlich ist, daß die einzelnen Menschen in guten Treuen auch verschiedene Wege gehen können.

Diese grundsätzliche Festlegung muß durch die nächste ergänzt werden. Wenn wir nun selbst im Nachfolgenden über Wesen und Aufgaben der **Gymnastik** schreiben, so geschieht das mit dem Hinweis, daß für uns die körperbildenden, organkraftfördernden Gesichtspunkte im Vordergrund stehen. Wir fassen die **Gymnastik**, namentlich eine **Gymnastik im Dienste der Jugenderziehung** auf, als die Grundlage und die Vorbereitung für jegliche weitere körperliche Be-tätigung; sei es eine andere Form der **Gymnastik** selbst, sei es Turnen oder Sport.

Wenn wir uns diese Aufgabe setzen, so zeigen sich dabei auch die großen Vorteile, die der **Gymnastik** innewohnen. Soziale Bindungen, Beruf, Alter, gestatten es nicht

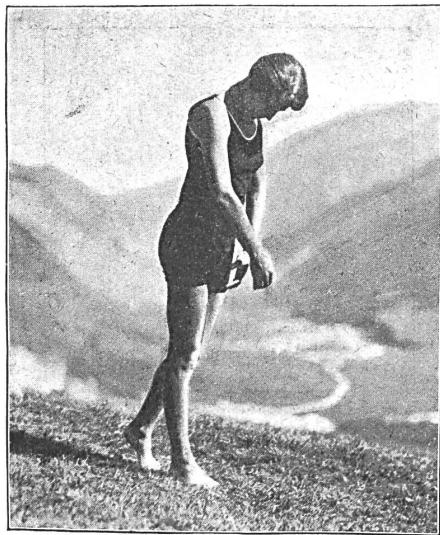


Fig. 5 a)  
Aus der Entspannung streckt und dehnt sich der Körper  
Man beachte die Kopf-Nacken-Brusthaltung



Fig. 5 b)  
zur vollsten Straffung

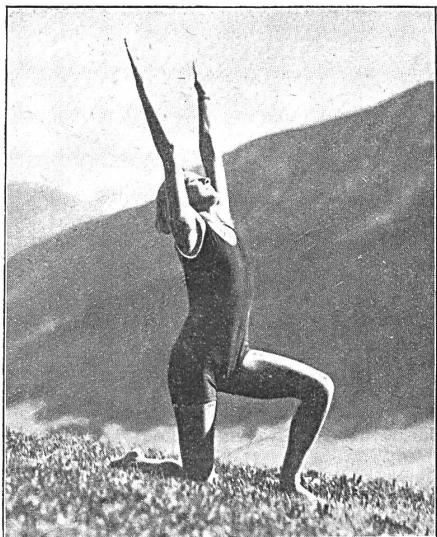


Fig. 6

Streckende Rumpfarbeit in verkürztem Stehen = weniger anstrengend wie im Stand

jedem Menschen, den ihm zusagenden Sport zu treiben. Gymnastik ist aber so einfach, daß sie jedem Menschen zugänglich ist. Nur etwas Raum und Licht und Luft und 15—20 Minuten Zeit sind hiezu nötig. In der Schule, im Erziehungsinstitut ist es wiederum die Gymnastik, welche es erlaubt, kleinere oder größere Klassen mit verhältnismäßig wenig Mitteln auf einer Wiese oder im einfachen Turnsaale, körperlich gut durchzubilden. Endlich ist es auch die Gymnastik, die wie kaum eine andere Form der Leibesübungen uns erlaubt, die Formen je nach dem gewollten körperbildenden Zweck, nach der Leistungs- und damit Altersstufe selbst zu wählen. Das alles sind große, ja kaum hoch genug einzuschätzende Vorteile.

Nach diesen Erwägungen können wir nun daran gehen, die Aufgaben und Formen zu schildern.

Wenn wir von der Gymnastik behaupten, daß sie den Körper allseitig durchzubilden vermöge, dann muß diese auch zweckentsprechend gestaltet werden.

Zunächst sind für eine Gymnastikgruppe alle großen Muskelgruppen gleichmäßig zu berücksichtigen. Die Hauptgruppen verlaufen in der senkrechten, der schiefen und der queren Richtung. Folglich müssen Bewegungen für alle diese Richtungszüge gefunden werden. Die Gruppe der queren Richtung teilt sich wiederum auf in dorsale, hochgelegene und ventrale, also tiefer gelegene Züge. Der Bewegungsverlauf wird durch die natürlichen, dem Körper innewohnenden Gelenkmöglichkeiten bestimmt.

Zu berücksichtigen ist dabei aber die Tatsache, daß der Alltag im allgemeinen die beugebetonten Bewegungen vielmehr als die streckbetonten berücksichtigt. Die Gymnastik muß hier ausgleichen, denn wie wir bereits betont haben, kann die sportlich freie Bewegung diese Aufgabe kaum oder meistens in nur ungenügendem Maße

lösen. Mit der Berücksichtigung der richtigen Bewegungsbahn ist es aber nicht getan.

Wichtig — aber meist viel zu wenig beachtet — sind die Gesetze der richtigen Bewegungsformen, sowie diejenigen vom richtigen Zeitmaß. Beide beeinflussen sich gegenseitig. Da gibt es Systeme, die nur schwingend arbeiten, andere, die den Uebungen hinsichtlich des zeitlichen Ablaufes Gewalt antun. Die Forschungen über die Innervationsphysiologie haben uns nach beiden Richtungen hin eindeutige Richtlinien gegeben. Diese lehren uns, daß nur schwingende Bewegungen die Muskeln einseitig beanspruchen, den Blutkreislauf nicht so maximal anregen wie die langsam geführte Bewegung, die aus der Lockerung in die ganze Kontraktion führt. Die Innervationsphysiologie belehrt uns auch darüber, daß jeder Bewegung ein natürliches Zeitmaß innewohnt. Wenn dieses im Sinne einer Verkürzung oder im Sinne einer Verlangsamung durchbrochen wird, was, wie bereits betont, in manchen Systemen geschieht, dann arbeitet der Mensch mit ganz unnötigen Kräfteausgaben.

Von größter Bedeutung sind auch die Gesetze der richtigen Atemführung, die Gesetze der Dosierung, d. h. der Leistungsanpassung an die verschiedenen Altersstufen und die beiden Geschlechter. Gerade diese Gesetze bieten uns allerlei Schwierigkeiten, deren Erfüllung große Erfahrung erfordert. Bestimmend für die Größe der Leistung ist das Gesetz von der Masse der bewegten Muskeln, mal zurückgelegter Weg, mal Zeitmaß, mal Widerstand. Des fernern ist dabei die Ausgangs- oder Arbeitsstellung zu beachten; denn namentlich für viele Frauen, auch ältere Männer, ist die einseitige Arbeit im Stehen

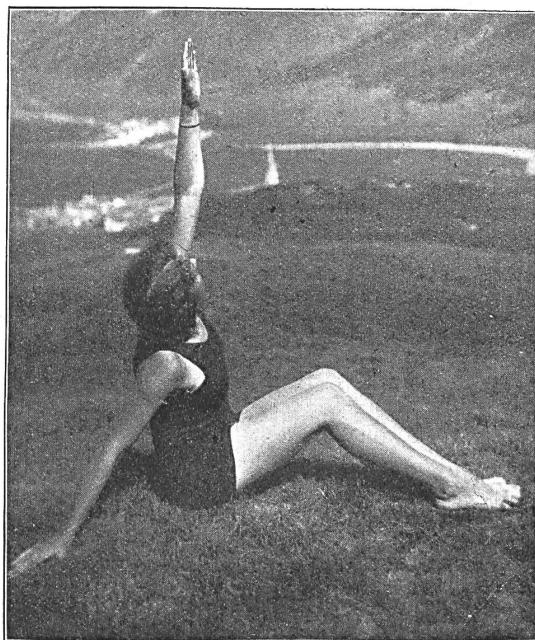


Fig. 7

Ein Rumpfdrehbeugen im Sitzen; bedeutende Entlastung für die Herzarbeit

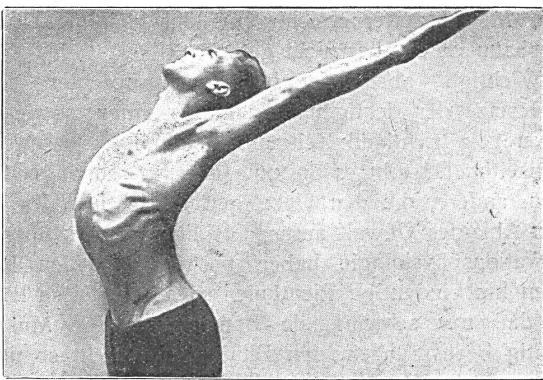


Fig. 8 a)

Beispiel einer rückenkräftigenden und brustkorberweiternden Uebung

auf die Dauer zu anstrengend, da das Herz den in den Beinen gestauten Blutkreislauf nicht genügend abzulenken vermag. Ein überlegter Wechsel der verschiedenen Ausgangsstellungen steht im Dienste einer dosierten Herzbeanspruchung.

Nie dürfen die Bewegungen durch Pressungen oder falsche Bewegungsformen die Atmung behindern. Eine geregelte, natürliche Atemführung muß überhaupt richtunggebend für jede gymnastische Bewegung sein.

Das sind allgemeine Gesetze, die wir der Gymnastik zugrunde legen müssen.

Daraus ergibt sich von selbst die Tatsache, daß die Dosierungsgröße den Altersstufen angepaßt werden muß. Neben diesen Gesetzen sind aber... vorab im Hinblick auf die Jugendlichen, noch andere wichtige Gesichtspunkte zu berücksichtigen. Der Jugendliche bedarf vor allem einer systematischen Kräftigung des Rückens, einer planmäßigen Förderung der Brustkorbentwicklung. Auf

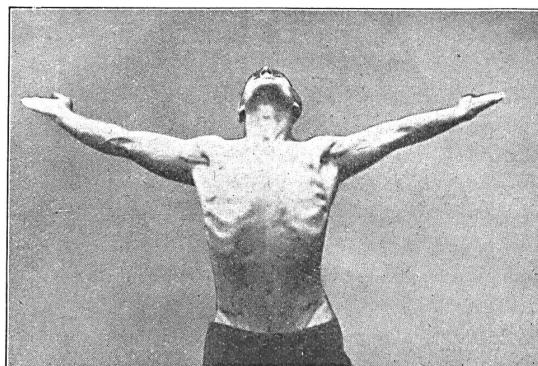


Fig. 8 b)

Beispiel einer rückenkräftigenden und brustkorberweiternden Uebung

diese Uebungen ist bei der Wahl der Jugendlichen ein besonderes Augenmerk zu richten.

Darüber hinaus sind aber auch die psychologischen Gesichtspunkte maßgebend. Bereits haben wir erwähnt, daß die Gymnastik den Nachteil einer abstrakten Uebungsform in sich trägt. Man arbeitet nur aus sich heraus. Der Impuls zur Arbeit wird nicht durch einen von außen kommenden Reiz, durch den Ball, der mir vor das Gesicht fliegt, durch die Schwertklinge, die mir entgegenblitzt, oder die Wasserwelle, die sich mir entgegenschwingt usw. bestimmt. Die sog. „Innervationshilfen“, welche durch die Mitarbeit der Sinnesorgane gegeben sind, fallen dahin. Dieser Umstand ist wichtig. Abstrakte Arbeit ermüdet mehr und deshalb auch rascher wie die Sinnesarbeit. Innerhalb einer Turnstunde muß die Gymnastik deshalb auf eine kurze Zeitdauer, je nach der Altersstufe, auf 8—12—15 Minuten zusammengedrängt werden. Die übrige Zeit gehört dem Naturturnen, dem Springen über das Seil, dem Laufen, dem Wurf, dem Stoß und natürlich auch dem Spiel.

Endlich ist darauf Rücksicht zu nehmen, daß die innere Gestaltung der Uebungen verschieden sein kann. Das Kind zwischen 6 und 10 Jahren (bei den Einzelnen natürlich verschieden) ist ein Phantasiekind, es gestaltet. Statt Rumpfdrehen wird das Mähen ausgeführt, statt Rumpfdrehbeugen links oder rechts schräg vorwärts läuten die Kinder die Glocken usw.

Nicht immer aber werden die Kinder diese Arbeit annehmen. Es kommt eine Zeit, in welcher sie diesem gestaltenden Turnen fremd ablehnend gegenüberstehen.

Die abstrakte Form tritt von dieser Zeit an in ihr Recht. Später... wenn das innere Verständnis für dieses gestaltende Sichbewegen wieder gereifter ist, kann das gestaltende, ja event. auch ausdrucksgestaltende Turnen wieder zu seinem Rechte kommen. Werden in der Gymnastik alle diese Gesichtspunkte berücksichtigt, dann ist die Gymnastik, wie wir bereits erwähnten, tatsächlich imstande, die Bewegungen des Körpers harmonisch zu

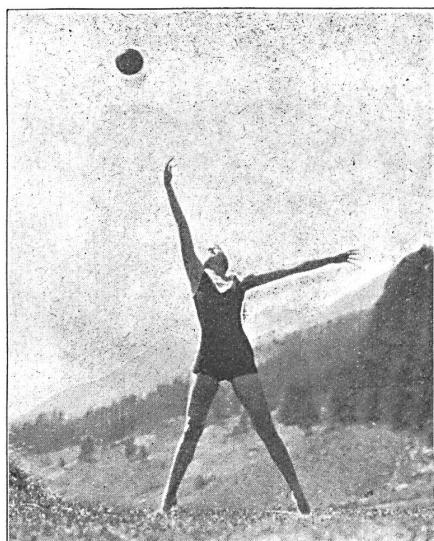


Fig. 9

Gymnastik in Form der Sinnesbetätigung



Fig. 10 a)  
Beispiel einer Lebensbewegung als Gymnastikform

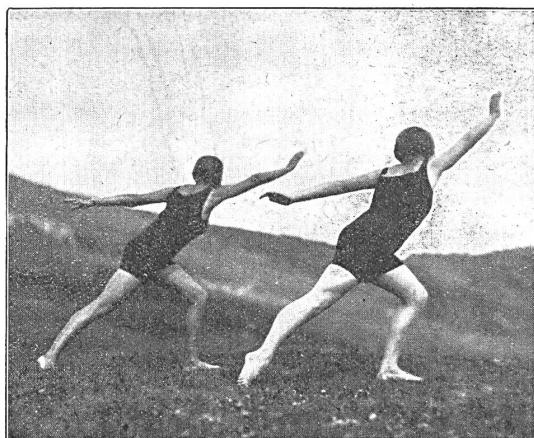


Fig. 10 b)  
Beispiel einer Lebensbewegung als Gymnastikform

schulen, den Körper zu schöner Formung anzuregen, die Körperbewegungen zu vollendeter Koordination zu entwickeln, Atmung und Kreislauf systematisch den jeweiligen Leistungsstufen angepaßt, zu höhern Leistungen anzuregen. Lustbetont sind sie dann, wenn der unterrichtende Lehrer den Uebungen den natürlichen Rhythmus läßt, wenn er die große Schwungbewegung mit der langsamem in wohlältigen Wechsel bringt, wenn er es endlich versteht, die Gruppe als Ganzes abwechslungsreich zu gestalten. So gestaltet, wird ihnen ihre Armut an Erlebnisinhalten geraubt, so gestaltet, werden sie selbst zu einem frohen Teil der Turnstunde.

\*

#### Beispiel einer einfachen Uebungsgruppe.

**Uebung 1.** Aus leicht kniegebeugter Ausgangsstellung (Zeichnung 1 a) mit entspanntem Oberkörper und gesenktem Kopf: Knie- und Körperstrecken mit Armheben vorwärtsaufwärthoch bis zum Zehenstand, zur ganzen Körperstreckung, Blick nach den hochgehobenen Händen (Zeichnung 1 b), Zurücksenken mit Armsenken vorwärtsabwärts mit Kopfsenken und Körperentspannen. Die Uebung fortgesetzt: Die Streckung mit tiefer Einatmung, die Entspannung mit Ausatmung.

**Wirkung:** Dehnung des von der Alltagsarbeit oder vom Schlaf zusammengekauerten Körpers, vorab starke Dehnung des Brustkorbes mit großer Körperstreckung. Mäßige Anregung des Blutkreislaufes und damit Vorbereitung und Ueberleitung des Körpers zu größeren Leistungen.

**Uebung 2:** Holzsägen. Aus der Vorschrittstellung links mit leicht gebeugtem rechtem Knie, linke Hand im Hüftstütz, rechte Faust zur rechten Schulter hochgezogen; der Körper ist ganz nach rechts rückwärts gedreht (Zeichnung 2 a).

Beinstrecken rechts und Kniebeugen links und Armdrehen rechts schräg vorwärtsabwärts mit starkem Vordrehen rechts (Zeichnung 2 b).

Rückdrehen zur Stellung a) Fortgesetzt. Dasselbe gegengleich.

**Wirkung:** Starkes Becken-Rumpf- und Schulterdrehen der queren und schiefen Rumpfmuskeln, Kräftigung der Oberschenkel, Beckenhüftmuskeln, sowie Kräftigung der Armschultermuskeln. Zu diesem Zwecke muß das Zurückziehen energisch, wie gegen einen Widerstand geschehen. Das Rumpfdrehschwingen bewirkt zugleich ein Auflockern event. verstieifter Rippenwirbelgelenke und damit Erleichterung der Brustatmung.

**Uebung 3.** Aus der Vorschrittstellung rechts, rechte Hand auf die Hüfte gestützt, linken Arm nach links hinten hoch gestreckt, Kopf gehoben (Zeichnung 3 a). Leichtes Ausholen mit dem linken Arme nach hinten (siehe Pfeile in Zeichnung 3 a). Dieses Ausholen aber ohne in der Lendengegend abzuknicken, sondern mit starkem Brustdrehen und Rückenüberstrecken. Kniebeugen rechts und

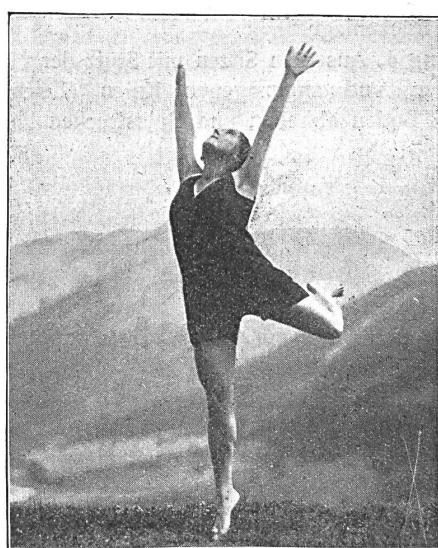
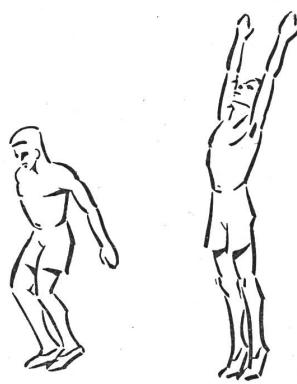
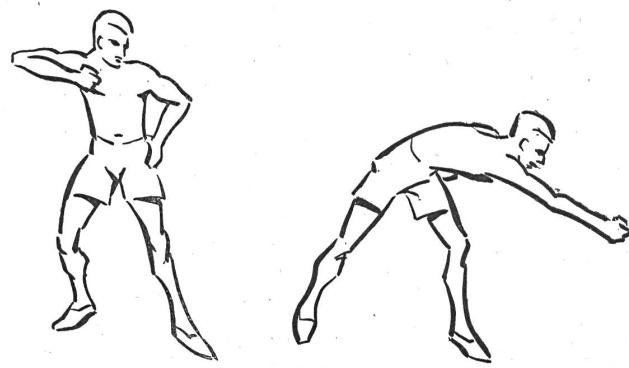


Fig. 11  
Beschwingtestes und deshalb lustvollstes Körperbeherrschchen



1. und 6. Uebung  
a) Rumpflockern      b) Rumpfstrecken



2. Uebung  
Holzsägen      b)

Rumpfdrehschwingen rechts schräg vorwärts mit Armschlägen rechts schräg vorwärtsabwärts. Die Hand berührt den Boden rechts neben dem rechten Fuß (Zeichnung 3 b). Wieder Rumpfstrecken und Arme rückwärts hochschwingen und so fort. Ebenso gegengleich.

**Wirkung:** Starke Rumpfkauerwirkung, alle Rumpfmuskeln, vorab die queren und schiefen, aber auch alle Rückenstrekker und Schulterarmmuskeln arbeiten ausgiebig. Das Rumpfstrecken und Ausholen bewirkt starkes Brustkorbdehnen und Dehnen des oft verkürzten Brustumkels. Diese Bewegung ist mit tiefer Einatmung, die starke Rumpfkauerung dagegen mit tiefer Ausatmung zu verbinden. Dadurch entsteht neben der ausgiebigen Rumpfmuskeltätigkeit eine stark anregende Wirkung für die Atmung und Kreislauftätigkeit, vorab auch im Gebiet der Rumpf- und Beckenorgane.

Die Uebungswirkung ist somit ausgiebig und muß sie im Zeitmaß und in der Anzahl der Ausführungen dem Alter und Geschlecht der Uebenden angepaßt sein. Ältere Leute machen die Uebung langsamer, das Beugen weniger tief. Nach der Uebung drei folgt tiefes Bauchatmen in Rückenlage.

**Uebung 4.** Aus dem Sitzen mit Stütz der Hände auf dem Boden und angezogenen Knie (Zeichnung 4), Füße vom Boden abheben und Beinstrecken links schräg

vorwärts und Ablegen der Füße auf den Boden: aber erst nach vollendeter Streckung.

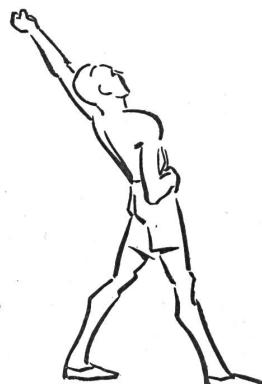
Daraufhin wiederum hohes Knieanziehen und Aufstellen der Füße und dann Strecken nach rechts schräg vorwärts usw. Das Beugen und Strecken muß immer mit gut vom Boden abgehobenen Füßen geschehen, so daß eine kreisförmige oder eine Art kurbelförmige Bewegung entsteht.

**Wirkung:** Kräftigung der Becken-, Lenden-, vorab aber der Bauchmuskeln.

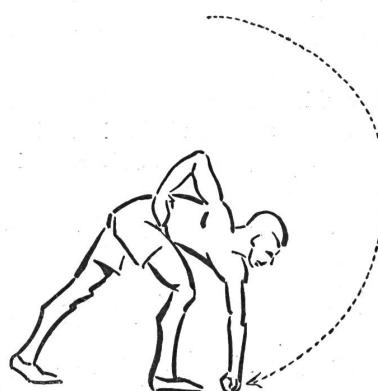
**Uebung 5.** Aus dem Kniestütz, die linke Hand kreuzt vor der rechten Hand (Zeichnung 5 a), leichtes Kopfheben und Einatmen und Rumpfdrehbeugen links schräg rückwärts mit horizontalem Armkreisen links rückwärts. Die linke Hand schlägt leicht auf den Boden links neben dem linken Fuß (Zeichnung 5 b), Zurückdrehen zur Stellung a). Fortgesetzt. Ebenso gegengleich.

Das Rumpfdrehbeugen fällt zusammen mit tiefer Ausatmung, das Zurückdrehen mit leichtem Kopfheben und tiefer Einatmung.

**Wirkung:** Kräftigung der Rumpfmuskeln, vorab aber starke Anregung des Rumpf- und Beckenblutkreislaufes; eine Wirkung, die für Leute mit sitzender Lebensweise, mit starker Körperfülle, wie überhaupt für alle Menschen von mittlerem bis höherem Lebensalter von



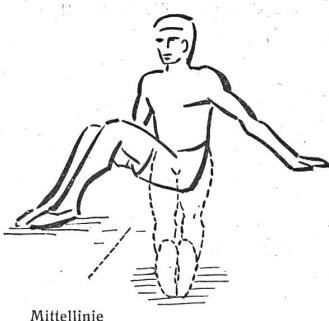
a)



b)

3. Uebung

Armschlägen vorwärts-abwärts

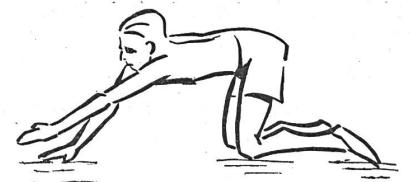


4. U e b u n g  
Kniebeugen und Beinstrecken schräg vorwärts

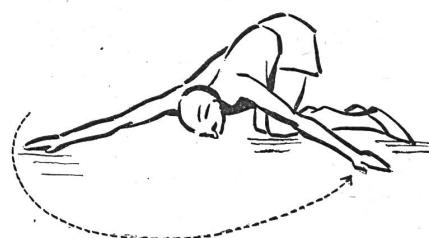
großer Wichtigkeit ist. Dabei kommt die Wirkung zu stande trotz Schonung des Herzens, dank der horizontalen Arbeitslage.

**Uebung 6.** Die erste Uebung wird in raschem Arbeitstempo ausgeführt, ähnlich einer Sprung- oder Hüpfübung.

**Zweck und Wirkung:** Anregung und Kräftigung der Kreislauf- und Atemtätigkeit. Dieser Uebung



a)



b)

5. U e b u n g  
Aus dem Kniestütz a) — Rumpfdrehbeugen b)

folgt: Tiefatmung, zunächst im Stehen, dann in Rückenlage. Nach dem Ueben tüchtiges Körperschütteln, laues Abwaschen und Körperfrottieren.

## V.

### Wie stellen Sie sich zum Sport der Gegenwart?

Von Felix Moeschlin, Uetikon a. S.

**Vorbemerkung:** Der Herausgeber hat an eine Reihe von Persönlichkeiten verschiedenster Berufsgebiete die Frage gerichtet, was sie vom Sport der Gegenwart halten und welche

Stellung sie zum Schulsport einnehmen. Als erste Aeußerung veröffentlichen wir zunächst die Antwort von Felix Moeschlin. Weitere Stimmen folgen im nächsten Heft.

Soll ich wählen zwischen einer verhockten, saufenden Jugend und einer Sportjugend, so werde ich sagen: Gesegnet der Sport! Soll ich wählen zwischen einer Jugend, wo im Gleichgewicht körperlicher und geistiger Kräfte der Sport eine Komponente des Lebens ist, doch nicht das ganze Leben, nicht der Inbegriff des Lebens überhaupt, und einer Jugend, wo der Sport Gesamtinhalt, Zweck, Sinn des Daseins ist, wo sich zu seiner Ausübung als Lektüre nur noch der Inhalt von Sportblättern und Detektivromanen, als geistige Unterhaltung nur noch der Kino gesellt, so braucht man wohl nicht lange zu fragen, welcher Jugend ich den Vorrang gebe.

Die Gefahren einer geistigen Verblödung durch die Züchtung des einseitigen Sportideales sind groß. Ein Baseball-Match in Amerika zeigt zur Genüge, wohin wir kommen können. Aber ich bin dennoch geneigt, diese Gefahren in Kauf zu nehmen, wenn uns ein junges, frisches, gesundes, schönes Menschengeschlecht heranwächst. Wenn drüben in den Vereinigten Staaten mit Recht von einer Hypertrophie des Sportes gesprochen werden kann — auf den Hochschulen spielt der Fußball eine größere Rolle als die Wissenschaft — so erdrückt bei uns im Hochschulstudium wenigstens das Lernen immer

noch die harmonische Ausbildung des Körpers. Es ist typisch, daß ein Zürcher Student nicht die geringste Möglichkeit hat, in den Freistunden auf einem nahegelegenen Sportplatz dafür zu sorgen, daß nicht nur das Gehirn zu seiner Sache kommt, sondern auch der Körper. Es ist typisch, daß gerade die jungen Mediziner, die doch derzeit berufen sind, für die Gesundheit des Volkes zu sorgen, vor lauter Ueberlastung mit Arbeit nicht gerade das Ideal eines gesund und allseitig entwickelten jungen Menschen darstellen können.

Spezialistentum im Sport entwickelt kein griechisches Schönheitsideal. Man braucht sich nur die Springer, die Geher, die Kugelstoßer vor Augen zu halten. Oder man beschauje die Photographien der Schwinger, die erste Preise gewinnen. Hier müßte das Ziel der Fünf- und der Zehnkampf sein. Ich werde nie die schwedischen Offiziere vergessen, die in diesen Kampfarten auf den Olympischen Spielen in Stockholm konkurrierten. Hier ergibt sich ein Gewinn fürs Leben. Geist kann nachgeholt werden, körperliche Ausbildung nicht mehr im gleichen Maße. Ich freue mich darüber, daß der Sinn für einen harmonischen Körper wieder gewachsen ist, und daß die Strandbäder dafür sorgen, daß man den ganzen Menschen

beschaut, nicht nur Antlitz. Die Zeit ist vorbei, wo ein süßes Mädhengesichtchen über den frischen, trainierten, wohlgewachsenen Körper eines andern Mädchens triumphieren konnte, nur weil jener das Grübchen in den Wangen fehlten oder die Nasenspitze einen kleinen Fehler aufzuweisen hatte.

Es gibt ein Sporttyp, der versimpelt, weil er nachher, wenn der Körper nicht mehr die Höchstleistung gibt, die den Rekord erreicht oder überbietet, plötzlich vor seiner inneren Leere steht. So wie ein einzelner Mensch, kann ein ganzes Volk versimpeln, wenn es sich nur noch für Wettkämpfe und Wettrennen interessiert. Aufgabe der geistigen Führer wird es sein, dagegen zu kämpfen — und dabei immer zu denken, daß Geist nie Angelegenheit aller gewesen ist. Neid auf Boxereinkommen und Radfahrerberühmtheiten, auf Fußballmannschaften, die von dreißigtausend Menschen bestaunt werden, geziemt sich also nicht. Man wird ein wenig wehmütig lächeln darüber, aber den Sport deswegen noch lange nicht verurteilen.

Man denkt an die großen Wellen, die als diese oder jene Bewegung über die Länder gegangen sind. Heute ist das Haus offen, die Fenster riesengroß, Freiluft, Sonne, Wasser an der Tagesordnung, gut, wenn auch die Schattenseiten nicht fehlen und vor lauter Natur das zurück tritt, was uns teuer ist: die Seele. Doch Wellen fluteten vorüber, sie müssen einseitig sein, wir dürfen auf Ausgleiche hoffen. Geben wir uns Mühe, der Jugend immer wieder das zu geben, was uns teuer ist, was sich uns als Frucht eines Manneslebens als wertvolles Gut gezeigt hat. Geben wir uns Mühe, auch im Sport da bei zu sein, nicht dagegen. Seien wir nicht zu schamhaft, zu schüchtern und zu vornehm, wenn wir geistige Leistungen belohnen. Stellen wir auch die Taten der Männer, die sich als Röntgenärzte, als Bakteriologen, als Pioniere jeder Art für die andern opfern, an ihren rechten Platz. Auf daß das Gleichgewicht der körperlichen und der seelischen Kräfte nach unserm Vermögen zum Heile der aufwachsenden Jugend soviel wie möglich gewahrt werde!

## Zeitgenössische Paedagogen.

### II.

#### Gustav Wyneken.

Von Dr. Kurt Kesseler, Düsseldorf.

##### 1. Grundlegung und Kritik.

Die modernste Paedagogik betont die „Rechte“ des Kindes; sie begeistert sich für die „Jugendkultur“ und träumt und schwärmt von einem „Jahrhundert“ des Kindes. Diese Strömungen und Stimmungen stammen einmal aus dem Geist des Subjektivismus und Naturalismus. Daneben aber erscheint eine wesentlich idealistischer gestimmte Gruppe, die, in vielen Punkten mit der mehr naturalistisch gestimmten Partei zusammentreffend, sich doch ihrer Grundstimmung nach wesentlich von ihr unterscheidet. Zu dieser Gruppe gehört der „Wandervogel“, soweit er über die Pflege von Kameradschaft und Heimatsinn hinausgreifend eine besondere „Kultur“ zu schaffen bestrebt ist, zu ihr gehört Dr. Lietz, der Vater der Landerziehungsheime, zu ihr vor allem Dr. Wyneken, einst Führer der ganz Radikalen. Ihren programmatischen Ausdruck fanden diese Bestrebungen einer besonderen Jugendkultur durch den Freideutschen Jugendtag auf dem Hohen Meißner im Oktober 1913, zu dem durch einen Aufruf eingeladen wurde, in dem es hieß: „Die deutsche Jugend steht an einem entscheidenden Wendepunkt. Die Jugend, bisher nur ein Anhängsel der älteren Generation, aus dem öffentlichen Leben ausgeschaltet und auf eine passive Rolle angewiesen, beginnt, sich auf sich selbst zu besinnen. Sie versucht, unabhängig von den Geboten

der Konvention sich selbst ihr Leben zu gestalten. Sie strebt nach einer Lebensführung, die jugendlichem Wesen entspricht, die es ihr aber zugleich auch ermöglicht, sich selbst und ihr Tun ernst zu nehmen und sich als einen besonderen Faktor in die allgemeine Kulturarbeit einzugliedern.“ Der Wandervogel und Dr. Lietz sind die Vorläufer und Wegbereiter dieser Jugendkultur gewesen, indem sie die Jugend isolierten und ihr eigenes Leben organisierten. Sie ermöglichen eine Neuschöpfung, die Wyneken<sup>1)</sup> in der freien Schulgemeinde verwirklicht sieht.

Die Grundlage der Wynekenschen Weltanschauung ist das Bekenntnis zum deutschen Idealismus, wie er besonders durch Fichte und Hegel vertreten worden ist: „Letzte Sicherheit und Glaubensgewißheit kann der Mensch nicht eher finden, als bis er seine Weltanschauung kosmisch, ja metaphysisch begründet hat.“ Die Metaphysik aber, die Wyneken vertritt, ist eine Metaphysik des Geistes, zu dessen Höhe sich jeder einzelne zu erheben hat. Er steht in seinen Idealen in schroffem Gegen-

<sup>1)</sup> Schule und Jugendkultur 1913. 2. A. 1914. Der Gedankenkreis der freien Schulgemeinde 1913. 10. A. 1921. Was ist Jugendkultur? 1914. Die neue Jugend. 1914. Der Kampf für die Jugend 1919. 2. A. 1921. Wider den altsprachlichen Schulunterricht 1916. 2. A. 1921. Revolution und Schule 1919. Eros 1921. 17. A. 1924. Der europäische Geist 1922. Wickersdorf 1922.