

# Magglinger-Ratschläge

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen**

Band (Jahr): **15 (1958)**

Heft 10

PDF erstellt am: **08.08.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Magglinger-Ratschläge

der Internationalen Tagung für zeitgemässe Leibeserziehung 1958 in Magglingen

## I. Allgemeines

1. Die moderne Lebens- und Arbeitsweise beraubt den Menschen der hinreichenden Körperbewegung, die sein leibliches und geistiges Wohl sichert.
2. Die Begleiterscheinungen unseres technisierten Zeitalters, der Schlankhochwuchs, und die im Begriff der Acceleration zusammengefassten körperlich-seelisch-geistigen Disharmonien (der Gestalt, der Geschicklichkeit, der Haltung, der nervösen Steuerung, der geistigen Konzentration und der Aufnahmefähigkeit für Gemütswerte und Pflichten usw.) erfordern als Ausgleich (Kompensation) und Mittel der Harmonisierung «des Grundmenschlichen» (Portmann) eine stärkere Körperschulung, denn in vergangenen Zeiten.
3. Im Wachstumsalter führt der Mangel an Bewegungsspielen und Leibesübungen bei vielen zu Fehlwuchs und zu einer Unterentwicklung der körperlichen und seelisch-geistigen Kräfte, der Lebensenergien überhaupt.

## II. Folgerungen

1. In der heranwachsenden Jugend ist die tägliche Leibesübung das einfachste, jugendgemässe und billigste Mittel zur Vermeidung von Frühschäden der Gesamtperson, um das Wachstum zu regeln, Mängel auszugleichen, die Bewegungsbedürfnisse einer jeden Entwicklungsstufe zielgerecht zu befriedigen, die Bewegungsabläufe zu lehren, die Wachstumskräfte in jeder Stufe durch entsprechende harmonisierende Uebung auszunutzen und Leibesübung zur unverlierbaren Gewohnheit für das Leben zu machen.
2. Im fortschreitenden Leben ist die wöchentlich mehrfache Leibesübung ein Mittel zur Erhaltung der Lebenskräfte gegen Organ- und Kreislaufschädigung sowie vorzeitige Invalidität.
3. Die Leibesübung beginnt mit Bewegungsspielen im Vorschulalter. Dafür bedarf es wohn-naher Kinderspielplätze mit Einrichtungen zum Selbstüben («Spielplätze um die Ecke»).
4. Der Turnunterricht ist aufzulockern und zu verlebendigen. Es sollen frühzeitig Aufgaben zur selbständigen Lösung gestellt werden, für die sich die Schüler(innen) zu kleinen Gruppen (zwei bis fünf) frei zusammenfinden, um sich gegenseitig zu helfen, zu verbessern und schliesslich an der Wahl der Aufgaben mitzuwirken.
5. Der Turnunterricht soll zur Selbstentfaltung der Jugendlichen ausgenutzt werden; in der Freiheit des Betriebes soll und wird sich zugleich Verantwortung und Hilfsbereitschaft bilden.
6. Im Turnunterricht kann frühzeitig erreicht werden, dass der Jugendliche sein eigener Sportlehrer wird und damit die Bewahrungs- und Heilkräfte fürs Alter anzuwenden lernt.
7. Der Turnunterricht soll eine individuelle, systematische Körperschulung enthalten, aber die rechte Mischung zum fröhlichen Tun, zu willensschulenden Wettkämpfen und zu freiem Spiel in der Natur (Waldläufe, Wandern, Lagern usw.) finden.
8. Neben eine formbestimmte und zielgerechte Uebung soll in bevorzugter Anwendung die rhythmische Uebungsweise treten. Sie erlaubt ein grösseres Mass an Arbeit und verlockt dazu. Mit ihr werden ein reines An- und Abschwollen des Muskeleinsatzes erlernt und Bewegungsverbindungen schnell ausgebildet. Auch bei gleichzeitigem Ueben mehrerer Schüler(innen) soll der Spielraum für den persönlichen Rhythmus in der Gesamtbewegung bewahrt bleiben. Mit ihr werden Verkrampfungen gelöst und die Ausdruckskraft der Bewegung enthemmt. Sie hat eine befreiende und das gestaltende Vermögen anregende Wirkung. Es ist aber hier, wie auf allen Wegen der Körpererziehung, Einseitigkeit zu vermeiden und die jeweiligen Neigungen der Schüler(innen) sollen immer wieder ausreichenden Spielraum finden.
9. Eine unentbehrliche Ergänzung in unserer heutigen Lebensform ist das Schwimmen. Jede Schule sollte ebenso wie Spielplätze und Turnhallen mindestens ihr Lehrschwimmbecken besitzen. — Die Schüler sollen frühzeitig und ausnahmslos das Schwimmen erlernen. Bei Haltungsschwächen ist Schwimmen ein zuverlässiger Beitrag zur Haltungsschulung. — Die Betriebsweise muss ebenso verlebendigt werden. Wasserspiele, wie zum Beispiel der Kampf mit schwimmenden Balken und das Balancieren auf nassen Rundbalken, sind Wassergewöhnungen, die schnell zu völliger Sicherheit führen.
10. Um allen Altersstufen bis ins Greisenalter verlockende Gelegenheit zur wirksamen Bewegung in der Freizeit zu geben, sollten die Gemeinden entsprechende Einrichtungen «der offenen Tür» schaffen, wo körperliche, geistige und musische Erfüllung jedermann möglich ist.

## III. Ziel

So aufgefasst und ausgebaut, bedeutet die Leibeserziehung Frühzündung jugendlichen Geistes, wird zum Mittel der Selbstzucht, ist ein Weg zur Ehrlichkeit und Ritterlichkeit, bildet im Eigenwuchs die jugendliche Persönlichkeit nach ihrem Mass und führt, früh eingewöhnt und erfahren, in die Pflichten der Gemeinschaft ein.