

Die Grenzen
zwischen
Knaben- und Mädchenturnen.

Vortrag,

gehalten von

Wilhelm Jenny

an der Jahresversammlung des Schweiz. Turnlehrervereins,

den 29. September 1878

in

Zofingen.

Basel.

Schweighauserische Verlagsbuchhandlung.

(Hugo Richter.)

1879.

Department of Hygiene and Physical Education

WELLESLEY COLLEGE

WELLESLEY. - MASSACHUSETTS

THE UNIVERSITY OF NORTH CAROLINA
AT GREENSBORO
JACKSON LIBRARY



SPECIAL COLLECTIONS DIVISION

History of Physical Education
and Dance

UNIVERSITY OF NORTH CAROLINA
AT GREENSBORO
JACKSON LIBRARY
SPECIAL COLLECTIONS DIVISION
HISTORY OF PHYSICAL EDUCATION
AND DANCE

Die Grenzen

zwischen

Jungen- und Mädchenvereine.

Vortrag,

gehalten von

Wilhelm Jenny

an der Jahresversammlung des schweiz. Turnlehrervereins,

den 29. September 1878

in

Zürich.

Basel.

Schweighauserische Verlagsbuchhandlung.

(Hugo Richter.)

1879.

c

DEPARTMENT OF HYGIENE
WELLESLEY COLLEGE
WELLESLEY, - MASSACHUSETTS

Spec Call

GV

464.5

J460

1879

371

73

745

P 613.71

J45

Die Grenzen, resp. die Unterschiede zwischen Knaben- und Mädchenturnen.

So lautet das erste Tractandum unserer diesjährigen Hauptverhandlungen.

Aufgeworfen wurde dasselbe in Folge der turnerischen Vorführungen, welche bei Anlaß unserer letzten Jahresversammlung in Basel stattfanden. Nachdem nämlich zwei Knaben- und eine Mädchenclasse nach einander Ordnungs-, Frei- und Geräthübungen vorgeführt hatten, wurde in der darauf folgenden lebhaften Discussion von einer Seite darauf hingewiesen, daß die zweite Knabenclasse neben vielen richtig ausgewählten Uebungen auch eine Gruppe von Schreitungen durchgeführt habe, welche allzusehr an's Mädchenturnen erinnerte und deshalb füglich hätte können weggelassen werden. Damit hatte man ein Gebiet berührt, welches zu mancherlei Fragen Veranlassung bot. Sie werden es deshalb wohl begreifen, daß am folgenden Tage das eben verlesene Tractandum als erste Aufgabe für unsere heutigen Verhandlungen gestellt worden ist.

Da seine Fassung aber einen sehr allgemeinen Charakter trägt und leicht zu verschiedenen Deutungen Anlaß geben könnte, hoffen wir Ihre Billigung zu finden, wenn wir den Sinn desselben in folgender Frage wiedergeben:

„Welche Uebungen sind vorzugsweise dem Knaben- und welche dem Mädchenturnen zuzuweisen?“ —

Eigentlich besitzen wir schon seit Jahrzehnten Beantwortungen dieser Frage; wir könnten uns daher die Lösung der gestellten Aufgabe leicht machen, indem wir Sie in erster Linie auf die Schriften von A. Spieß, in zweiter Linie auf die seiner Nachfolger verwiesen. Denn in der That hat der erstere, welcher ja als der eigentliche Schöpfer des Schulturnens für beide Geschlechter zu betrachten ist, schon in seinem zweibändigen Turnbuche für Schulen mit feinfühelndem Tacte die Uebungen für jedes Geschlecht ausgeschieden. Und einzelne seiner Nachfolger sind seinem Beispiele gefolgt und haben in ihren Anleitungen, welche für das Turnen beider Geschlechter abgefaßt sind, diejenigen Uebungen gekennzeichnet, welche nur von Knaben sollen ausgeführt werden; andere dagegen haben in besonderen Schriften diejenigen Uebungen zusammengestellt, welche nach ihren Erfahrungen nur für den Turnunterricht der Mädchen oder den der Knaben empfehlenswerth sind. Wir erinnern hier z. B. an folgende Werke:

1. Die weibliche Turnkunst von Dr. Moritz Klopß. Drei Auflagen: 1854, 1867, 1875.
2. Leitfaden für den Turnunterricht an Knaben- und Mädchenschulen. Herausgegeben von Rudolf Schülke und Ed. Angerstein. 1858.
3. Turnschule für Knaben und Mädchen von J. Niggeler. 1860.
4. Das Turnen in der Volksschule von Carl F. Hausmann. Drei Auflagen: 1862, 1873, 1876.
5. Turnschule für Mädchen. Bearbeitet von D. Schettler. Zwei Auflagen: 1872 und 1875.
6. Anleitung für den Turnunterricht in Knabenschulen. Die Ordnungs-, Frei- und Stabübungen. Von Alfred Maul. Zwei Auflagen: 1876 und 1878. U. a. m.

Allein alle diese Anleitungen gewährten den Fachlehrern nicht immer volle Befriedigung. In den Hauptpunkten war man allerdings so ziemlich mit einander einverstanden; dagegen gab es

in den verschiedenen Gebieten des Schulturnens noch so mancherlei Einzelfragen, welche einer Beantwortung harren, daß dieselben fast überall, wo Turnlehrer sich zusammenfanden, bald regen Meinungsaustausch veranlaßten. Das Bedürfniß nach einer Abklärung in solch' speciellen Fragen datirt nicht von heute, sondern es zieht sich schon durch Jahrzehnte hindurch. Zum Beweise dafür erinnern wir Sie nur an zwei Vorträge, welche der Zeit nach eine Reihe von Jahren auseinander liegen, die aber beide in Turnlehrerversammlungen und zwar der eine in unserer schweizerischen, der andere in der sächsischen gehalten worden sind. Der erstere, eine fleißige Arbeit unseres Mitgliedes Alfred Maul, jetzt Director der Großherzoglichen Turnlehrer-Bildungsanstalt in Karlsruhe, wurde den 9. October des Jahres 1864 in der Hauptversammlung des schweizerischen Turnlehrervereins ebenfalls hier in Zofingen gehalten. Er beantwortete die Frage: „Welches ist der Werth und die Bedeutung der einzelnen Geräthe für einen gut geleiteten Turnunterricht sowohl bei Knaben als bei Mädchen?“ — Auf den ersten Blick hin mag es nun allerdings scheinen, als passe diese Arbeit nicht eigentlich hierher; wenn Sie dieselbe (sie ist in Nr. 3, 5, 6 und 7 der schweizerischen Turnzeitung von 1865 abgedruckt) aber einer aufmerksamen Durchsicht unterwerfen, so werden Sie erkennen, daß A. Maul bei der Werthschätzung der verschiedenen Geräthe nicht nur deren Bedeutung für das Knaben- und Mädchenturnen beleuchtet, sondern da und dort auch die Uebungen bezeichnet hat, welche für das eine oder andere Geschlecht oder für untere und obere Stufen empfehlenswerth sind. (Man vergl. z. B. S. 42 die Besprechung des Barrens.)

Der zweite Vortrag wurde erst im Jahre 1876 von D. Schettler*) auf der sächsischen Turnlehrerversammlung in Zscho-

*) D. Schettler hat bekanntlich eine „Turnschule für Mädchen“ im Jahre 1872 herausgegeben, welche 1875 in zweiter Auflage erschien. Gleichzeitig mit der letztern erschien von demselben Verfasser auch eine „Turnschule für Knaben.“ —

pau gehalten und trug die Ueberschrift „Verschiedenheit des Knaben- und Mädchenturnens.“ Diese sehr allgemein gehaltene Bezeichnung präcisirte der Vortragende aber sofort dahin, daß er der Versammlung ankündigte, er habe sich die Aufgabe gestellt, folgende Frage zu beantworten: „Welche Unterschiede sind zwischen dem Mädchen- und Knabenturnen zu machen, namentlich in Bezug auf die Stoffauswahl?“ Die Lösung dieser Aufgabe veranlaßte ihn, zuerst auf die vielen Vorurtheile hinzuweisen, welche fortwährend noch da und dort und oft unter den gesuchtesten Einwänden gegen das Turnen der Mädchen auftauchen. Hierauf beleuchtete er in einläßlicher Weise die Gebiete des Knaben- und Mädchenturnens, bezeichnete in großen allgemeinen Umrissen die Geräthe und Uebungen, welche jedem derselben zuzuweisen und kennzeichnete — oft mit humoristischer Färbung — auch diejenigen Uebungen, welche von dem einen oder andern Gebiete auszuscheiden sind. Die Begleitung, welche diese Arbeit den noch weniger kundigen Lehrern im Turnfache darbietet, ist eine richtige und wird dieselben bei gehöriger Nachachtung vor mancherlei Fehlgriffen bewahren. Wenn wir nun heute ebenfalls auf dieses Thema eintreten, so geschieht es, um wo möglich noch einläßlicher und gründlicher die verschiedenen Seiten desselben zu behandeln. Wir durchgehen deshalb unverzüglich die Gebiete der Ordnungs-, Frei-, Geräthübungen und Spiele.

Ordnungsübungen.

Der männlichen Jugend werden zugewiesen:

Die Bildung von geraden und gewinkelten Stirn- und Flankenreihen, die Bildung von Kreisreihen und die Auflösung und Wiederherstellung derselben. Die Richtung in Stirn- und Flankenreihen nach rechten, linken, vordern oder mittlern Führern.

Der Wechsel von Stirn- und Flankenreihen, bewirkt durch $\frac{1}{4}$ oder größere Drehungen.

Das Oeffnen und Schließen kleinerer und größerer Reihen durch Vorwärts-, Seitwärts- und Rückwärtsschreiten, welches anfänglich ohne bestimmte Schrittzahl, also etwa auf ein oder zwei Armlängen, später aber auf bestimmt vorgeschriebene Schrittzahl auszuführen ist. Das Oeffnen von Stirn- und Flankenreihen zur sog. Staffellung der Reihen.

Die Schräggänge links und rechts vorwärts oder rückwärts; die Winkelzüge links und rechts, auch in Verbindung mit Drehungen; die Gegenzüge und Umzüge links und rechts, bald von Reihen, bald von Kotten durchgeführt. Sind dieselben nämlich von einer Reihe oder von mehreren Reihen in einer Flankenlinie gut eingeübt worden, so können sie dann auch durch eine Säule von Paaren oder größern Reihen ausgeführt werden, indem bald die Säule als solche, bald die Kotten links oder rechts, nach Innen oder Außen gezogen; natürlich werden in den letzten Fällen die Glieder der Paare oder größern Reihen getrennt.

Das Ziehen in Kreislinien, Schneckenlinien, Schlangelinien und Achterlinien. Auf der Mittelstufe schließen sich an diese das Durchschlingeln und die Kette, zwei Übungsformen, welchen ungeachtet ihrer Zierlichkeit und Wohlgefälligkeit für Knaben kein großes Gewicht beizulegen und folglich auch nicht viel Zeit einzuräumen ist. Dagegen sind mehr zu beachten die sog. Aufzüge z. B. die Umbildung einer Flankenlinie zu Paaren, Vierer- und Achterreihen mittelst gegengleicher Umzüge und Schwenken.

Die Reihungen erster und zweiter Art in kleinern und größern Reihen, welche anfänglich im Gehen an Ort, dann aber auch während des Umzuges zu üben sind. Die Reihung selbst geschieht entweder auf kürzestem Wege oder mit Umweg, also mit einem Kreisen links oder rechts; der Führer verharret dabei in den meisten Fällen an Ort; in einzelnen weicht er aus.

Reihungen zu offenen und wieder zu geschlossenen Reihen. Gegengleiche Reihungen; Reihungen in Verbindung mit Drehungen; Reihungen in Verbindung mit Schwenkungen;

Reihungen von Reihen und Zügen u. s. w. — An die Reihungen mit Umweg schließen sich diejenigen Formen an, bei welchen Einzelne oder ganze Reihen einen Führer oder einen bestimmten Punkt umkreisen; hier sind auch die Stellungen im Rad und Stern links oder rechts zu erwähnen und das Kreisen in denselben. Diese Formen sollen jedoch bei Knaben nur in Verbindung mit Freiübungen gebraucht werden, d. h. also z. B. zu Fächterausfällen, zu Uebungen in entgegengesetzter Richtung und zu Stellungswechseln, nicht aber wie bei den Mädchen zum Kreisen mit allerlei Gang- und Hüpfarten. —

Die Schwenkungen in Stirnreihen um äußere und innere Führer mit Vorwärts- und Rückwärtsgehen. Hier ordnet sich ein die sog. Mühle, welche für Knaben aber keine wesentliche Bedeutung hat, während sie im Turnen der Mädchen mehr zu berücksichtigen ist.

Die Schwenkungen in Flankenreihen um äußere und innere Führer, Uebungsformen für obere Stufen, deren practischer Werth aber nicht hoch anzuschlagen ist.

Schwenkungen in Verbindung mit Drehungen,

"	"	"	"	Reihungen,
"	"	"	"	Winkelzüge,
"	"	"	"	Drehungen u. Reihungen u. s. w.

Die Bildung des Schwenksters. Uebungen darin, z. B. Schwenken um innere Führer im Stern herum, Schwenkungen um äußere Führer, $\frac{1}{4}$ Drehungen der Einzelnen und Gegenzüge der Reihen, Winkelzüge der Reihen zur Erstellung einer Kreislinie aus dem Stern. Diese Gebilde gehören schon in's Gebiet der Reigen und sind daher nicht als ein durchaus unerlässlicher Theil des Knabenturnens, sondern mehr als eine erfreuende Zugabe desselben zu betrachten. —

Der Reihenkörper. Die Bildung desselben in Linie geschieht durch Abzählen oder durch eine Freiübung, indem im letztern Falle z. B. die ersten vier Turner einen Schritt vorwärts, die folgenden vier einen rückwärts, die dritten vier wieder

einen vorwärts u. s. w. machen. Sie kann auch durch Drehen geschehen, indem man z. B. die ersten Vier $\frac{1}{4}$ Drehung rechts, die zweiten Vier keine solche machen läßt u. s. w. Die Umbildung einer Reihe zu einem Reihenkörper in Säulenform geschieht durch Reihung Einzelner zu kleinern Reihen, durch Winkelzüge, durch Schwenkungen oder durch Drehungen Mehrerer während des Ziehens einer Flankenreihe.

Auflösung und Wiederherstellung des Reihenkörpers; Oeffnen und Schließen desselben; Reihungen im Reihenkörper als Reihenreihungen erster und zweiter Art, auch an eine ausweichende Reihe; gegengleiche Reihungen in einem Zweireihenkörper; Schwenkungen im Reihenkörper und Schwenkungen des ganzen ungetheilten Körpers; Gegenzüge des ganzen Reihenkörpers und Gegenzüge der Rotten oder Reihen desselben &c.

Die Bildung des Reihenkörpergefüges und Uebungen in demselben entsprechen der Hauptsache nach der Bildung des Reihenkörpers und der dort gegebenen Uebungen.

Damit schließen wir die Aufzählung der Ordnungsübungen, welche den Knaben zufallen, ab und heben als besonders beachtenswerth hervor, daß bei der Ausführung derselben fortwährend auf eine schöne stramme Haltung und einen festen und straffen Schritt und Tritt zu sehen ist, eingedenk der Bestimmung der männlichen Jugend zum künftigen Wehrdienst. Wir hoffen aber, hierin nicht mißverstanden zu werden; denn es steht uns ferne, militärische Dressur (Drillerei) und Fuchserie in den Garten der Jugend verpflanzen zu wollen. Allein das Charakteristische, das wahrhaft Kennzeichnende in der Ausführung der Ordnungsübung durch Knaben gegenüber derjenigen von Mädchen liegt eben doch gerade in diesem militärischen Momente. Alle Welt sieht es gerne, wenn Knaben, wohlgeordnet in Reihe und Glied, fest und stramm einher marschiren, mit Präcision die gegebenen Befehle vollziehen und wie eine Mauer unerschütterlich in Ordnung und Richtung ihre Schwenkungen ausführen, während andererseits bei den Mädchen eine zwanglose und wohlgefällige Inne-

haltung der Ordnung und eine leichte und graciöse Bewegung bei den Ordnungsveränderungen gefordert wird.

Die Knaben vollziehen daher die Ordnungsübungen meistens im gewöhnlichen Gange, auf oberen Stufen auch im Lauffchritte, und vorzugsweise auf gegebenen kurzen Befehl hin; die Mädchen dagegen verbinden mit der Ausführung derselben mancherlei Schritt- und Hüpfweisen; üben anfänglich die einzelnen Formen auch auf gegebenen Befehl hin ein, verbinden aber bald mehrere derselben zu einem nach bestimmten Zeitabschnitten geregelten Ganzen und führen dasselbe alsdann ohne Unterbrechung vom Anfang bis zum Ende durch. Auf der einen Seite (bei den Knaben) wird also militärischen Zwecken, auf der andern (bei den Mädchen) der Gipfclung der Ordnungsübungen, dem Reigenbau, entgegen gearbeitet. Die wichtigsten Ordnungsübungen für Knaben sind demnach die militärischen Formen derselben, nämlich die Bildung von Reihen und Reihenkörpern (Zügen), das Oeffnen und Schließen derselben, das Ziehen derselben in Winkel- und Gegenzügen, die Reihungen von Einzelnen, von Reihen und Reihenkörpern (Zügen) und die Schwenkungen.

Ob auch der Reigen in das Gebiet des Knabenturnens gehöre, wird von Vielen bestritten, von Andern bejaht. Unsere Meinung geht dahin, daß reigenartige Aufzüge (z. B. der Lion'sche Aufzug) begleitet von Gesang, von untern und mittlern Knabenclassen gar wohl dürfen ausgeführt werden. Der eigentliche Reigen dagegen gehört doch mehr in das Gebiet des Mädchenturnens und sollte bei Knaben nur selten zur Ausführung kommen, dann aber in allen seinen Formen, besonders in den zugeordneten Freiübungen, alles Mädchenhafte streng vermeiden und nur männliches Wesen zum Ausdruck bringen.

Bei den Mädchen treten die militärischen Formen mehr in den Hintergrund oder fallen ganz weg wie z. B. die Schwenkungen von Reihenkörpern (Zügen) u. s. w. Dagegen werden die meisten der für die Knaben bezeichneten Uebungen nach ihren Elementen eingeübt und dann nach den Bedürfnissen des Mäd-

Genturnunterrichts erweitert oder modificirt. Neben der Bildung von geschlossenen und offenen Stirn- und Flankenreihen in geraden, gebogenen oder Kreislinien, neben den Reihungen und Schwenkungen sind es besonders die Uebungen des „Ziehens“, die künstlicheren Aufzüge und die zum Reigenbau nothwendigen Wechsel, welche hier ihre eigentliche Pflege finden. Das Material der letztern ist ein reichhaltiges und umfaßt folgende Formen:

Für Einzelne z. B. das Gehen im Kreuz, das Gehen im Viereck, in der Linie einer Achte, lauter Uebungen, welche z. B. dem Tonsatz eines Kanons in entsprechender Weise zugeordnet werden können, indem jedem Theile desselben eine besondere Schreitung in der angenommenen Ordnungsform vorgeschrieben wird.

Für ein Paar.

Das Verharren an Ort; Vor- und Rückwogen; Ab- und Zukehren; Oeffnen und Schließen mit gewöhnlichem Seitsschreiten, mit künstlicheren Schrittz- und Hüpfweisen und mit Zwißeln; Vor-, Hinter- und Nebenreihen; der Wechsel der Plätze; Kreisen um eine Nebenerin; Kreisen der Einzelnen nach Außen; Kreisen rechts und links der Paare; Schwenken der Paare um eine Führerin und um die Mitte; Rad rechts und links; kleiner Ring rechts und links; die sog. kleine Achte; Ziehen der Einzelnen nach Außen und Innen d. h. in Zickzacklinien; Ziehen der Einzelnen in Bogenlinien (cycloidischen Bahnen); kleine Kette rechts und links, Walzen rechts und links; Wiegen (Schaufeln) und das sog. Schieben.

Für ein Doppelpaar. (Viererreihe.)

Das Verharren an Ort; das Vor- und Rückwogen; das Begegnen durch Ab- und Zurücken der Paare; das Oeffnen und Schließen der Doppelpaare; der Platzwechsel der Paare und Platzwechsel der linken und rechten Führerinnen der Paare; Reihungen der Paare; Kreisen eines Paares um das andere; Kreisen der Paare nach Außen; Kreisen der Viere im Stern rechts oder

links; Kreisen der Paare im Stirn- oder Rückenring; Kreisen der Mittlern um die äußern Führerinnen, welche an Ort gehen oder sich gegen und von einander bewegen; Kreisen aller Einzelnen des Doppelpaares um einen Punkt vor, neben oder hinter ihnen; Schwenken der Paare nach Innen und Außen um ihre Mitte; Schwenken links und rechts um die Mitte des Doppelpaares; Staffelschwenken; Durchschlingeln einer äußern Führerin durch die Abstände der Glieder des Doppelpaares mit oder ohne Kreisen um die andere Führerin; Kette links und rechts im Ring der Viere; Ziehen der Paare nach Außen und Innen in Zickzacklinien und in Bogenlinien; Walzen der Mittlern bei Seit-schreiten, Vorwärtsgen oder Zickzackbewegung der Außern; Umwalzen zweier Paare u. a. m. —

Sie mögen nun hieraus erkennen, daß bei den Ordnungsübungen des Mädchenturnens von vornherein auf etwas anderes abzuzielen ist, als beim Knabenturnen, und daß, obgleich bei beiden die Elemente und die meisten Übungsformen dieselben sind, die Art und Weise ihrer Behandlung und Durchführung dennoch eine ganz andere werden kann. Liegt der Unterricht in guten Händen, so daß seine Handhabung dem Wesen der beiden Geschlechter vollkommen entspricht, so muß schon eine kleinere Vorführung von Ordnungsübungen durch Knaben eine entschieden andere Charakteristik an sich tragen, als wenn dieselbe Vorführung durch Mädchen zur Darstellung kommt. Wird z. B. der sog. Lion'sche Aufzug von Knaben mit festem Schritt und in strammerucht und Ordnung durchgeführt, so bewirkt derselbe auf die Zuschauenden gewiß einen ganz andern Eindruck, als wenn Mädchen ihn in zwangloser Ordnung und verbunden mit zierlichen Gang- und Hüpfarten ausführen. Der Eigenthümlichkeit des geschlechtlichen Wesens muß darum überall Rechnung getragen und die Behandlung der Übungen darnach gerichtet werden. Reigenartige Aufzüge, Tanz- und Liebereigen sind daher unbedingt als eine der Hauptaufgaben des Mädchenturnens zu bezeichnen.

Freiübungen.

Bei den Freiübungen wollen wir die einzelnen Thätigkeiten nach der Gliederung des Leibes vom „Kopf bis zum Fuß“ und zwar in des Wortes vollster Bedeutung durchmustern.

Wie für jeden vorwärts strebenden Menschen, so sind auch für Turner und Turnerinnen die Kopfübungen unerlässlich, dagegen haben, vom turnerischen Standpunkte aus betrachtet, die Bewegungen des Kopfes für beide Geschlechter keine wesentliche Bedeutung. Das Drehen, Beugen und Kreisen desselben kann gelegentlich einmal geübt werden, doch ist darauf durchaus kein Gewicht zu legen. Dagegen ist besonders beim weiblichen Geschlechte darauf zu sehen, daß der Kopf immer schön gerade gehalten und getragen werde; denn viele Mädchen nehmen schon frühe, sei es aus Laune oder Ziererei, die üble Gewohnheit an, den Kopf stets nach einer Seite hin etwas zu neigen.

Auch die Bewegungen der Schultern, so das Auf- und Abwärts-, das Vor- und Rückwärtsbewegen derselben und das Schulterkreisen sind als unwesentliche Uebungen für beide Geschlechter zu bezeichnen. Bei einzelnen Individuen hat der Lehrer dagegen manchmal gegen die üble Gewohnheit eines allzu starken Hebens derselben (eines Eingestecktheins) zu eifern und kann in solchen Fällen nur durch unablässiges Mahnen und Verbessern endlich eine leidliche Haltung der Betreffenden erzielen.

Wie im Kampfe um's Dasein von Mann und Frau die Arme tüchtig gerührt werden müssen, so sind auch im Turnunterrichte die Armthätigkeiten für Knaben und Mädchen von wesentlicher Bedeutung. Von den erstern sind, besonders auf untern und mittlern Stufen, sämtliche Armübungen durchzunehmen, demgemäß also: das Heben und Senken, sowie das Schwingen der Arme in verschiedenen Richtungen, das Drehen derselben; bei gewinkelten Armen das sog. Haspeln; das Kreisen der gestreckten Arme; das Beugen und Strecken derselben; das Armstoßen und die verschiedenen Hiebe. — Die zuerst genannten

Uebungen finden schon auf der untersten Stufe, die übrigen auf unteren und mittleren Stufen, Hieb und Stoß auch noch auf der obersten Stufe ihre Verwendung.

Etwas anders gestaltet sich die Sache bei den Mädchen. Selbstverständlich fallen Hieb und Schlag hier gänzlich außer Betrachtung; denn so wenig man ihnen Hiebe ertheilen soll, ebensowenig sollen sie angeleitet werden, Anderen Hiebe zu versetzen. Dagegen dürfen alle übrigen Uebungen auch von der weiblichen Jugend ausgeführt werden, nur mit dem Unterschiede, daß man gerade der untern und theilweise auch der mittlern Stufe die raschern Bewegungen, also das Beugen und Strecken, das Schwingen der Arme und auch das Armstoßen zuweist, während die graziosern Führungen der etwas gerundeten Arme eine Hauptaufgabe oberer Stufen ausmachen. Wer sich die Mühe nehmen will, die Mädchen in ihrem Umgange mit Geschwistern und befreundeten Altersgenossen aufmerksam zu beobachten, der wird diese Eintheilung gerechtfertigt finden. Nehmen doch jüngere Mädchen ohne Scheu und Ziererei noch gerne an einem Spiele mit verwandten oder befreundeten Knaben Theil und regen sich dabei so frisch und munter in allerlei Uebung und Anstrengung, daß man sich ja nicht selten zum Ausrufe hinreißen läßt: „An der ist auch ein Knabe verloren gegangen!“ Ganz anders verhalten sich aber ältere Mädchen, welche der Periode der Entwicklung nahe stehen. Diese finden keinen Geschmack mehr an solch' geräuschvollen Spielen. Abgesondert von den Jüngern gesellen sie sich am liebsten zu einer auserwählten Herzensfreundin, und soll's dennoch zum Spiel kommen, so bevorzugen sie die weniger bewegungsreichen Formen derselben, in erster Linie solche mit darstellendem Charakter (die sog. Charaden &c.).

Das soll auch uns eine Begleitung sein, den Mädchen reifern Alters nur solche Uebungen zuzuordnen, welche ihrem Wesen entsprechen. Und da finden wir ja beziehungsweise der Armübungen einen Ersatz in den mancherlei Fässungen, wie sie bei Tanz- und Liederreigen bald die Ordnung festigend, bald

mehr in darstellendem Charakter zur Ausführung kommen. Hand- und Fingerübungen sind deshalb aber nicht besonders zu betreiben; sie sind zweifelsohne für beide Geschlechter als unwesentliche Uebungen zu bezeichnen. Im Knabenturnunterricht dürften allenfalls noch die Griffarten, welche beim Ringen gebraucht werden, einige Beachtung verdienen. —

Das Kumpfdrehen ist von Knaben und Mädchen zu üben, und weil uns diese Uebung nun gerade an die Drehungen überhaupt erinnert, so fügen wir sofort auch bei, daß von den Mädchen, sei es bei Freiübungen oder an Geräthen, keine andere als Drehungen um die Längensaxe gefordert werden dürfen, während die Knaben bei Frei- und Geräthübungen auch Drehungen um die Breiten und Tiefensaxe zu vollziehen haben. Das Heben und Senken der linken oder rechten Hüfte ist eine Uebung von sehr untergeordneter Bedeutung, welche im Mädchenturnunterricht nicht betrieben wird und füglich auch den Knaben erlassen werden kann. Dagegen ist das Kumpfbeugen vorwärts, seitwärts und rückwärts, welchem sich bisweilen das Kumpfkreisen anschließt, eine Hauptübung für Knaben aller Altersstufen; aber auch vom Turnen der Mädchen darf das erstere durchaus nicht ausgeschlossen werden. Denn bedenken wir, daß weitaus die meisten Rückgratsverkrümmungen beim weiblichen Geschlechte vorkommen und daß die Kumpfbeugübungen gerade eines der wirksamsten Mittel gegen dieselben sind, so werden wir doch eine solche Capitalsübung nicht von unserm Unterrichte ausschließen lassen. Mag man auch von gewissen Seiten das Rückwärtsbeugen des Kumpfes bei Mädchen etwas scheel ansehen, so verlasse man doch einen Augenblick den rein ästhetischen Standpunkt und bedenke mehr die heilsame Wirkung der Uebung. Uebrigens kommt vieles auf die Art und Weise des Betriebes solcher Uebungen an. Läßt der Lehrer z. B. die Schülerinnen eine halbe Drehung machen, so daß sie ihm den Rücken zukehren und fordert er dann von ihnen, daß sie sich rückwärts beugen und beobachten sollen, ob sie ihn sehen, so kann er die Erfahrung

machen, daß die große Mehrzahl der Uebenden tiefer und auf längere Dauer beugt, als in umgekehrter Stellung. Beiläufig sei auch noch erwähnt, daß die Mädchen, besonders die jüngern, bei einiger Uebung wenigstens ebenso große Geschicklichkeit im Rumpfbeugen zeigen, als die Knaben. Und gewannen wir über die verehrlichen Mütter gar noch so viel Macht, daß sie die lieben Töchterlein nicht immer in den leidigen Schnürleib zwängten, so würden wir noch von bessern Resultaten berichten können. — Daß in Mädchenklassen die Uebungen des Rumpfbeugens nicht für Prüfungen und öffentliche Vorführungen taugen, sondern nur in den gewöhnlichen Turnstunden und da in decenter Weise auszuüben sind, brauchen wir wohl nicht besonders zu betonen. —

Die Beinübungen bilden für beide Geschlechter das größte und wichtigste Capitel der Freiübungen; auf allen Stufen sind sie daher in ausgedehntem Maße zu berücksichtigen. Den Knaben fallen zu: Beinheben und -senken; Spreizen in grader Richtung vorwärts, seitwärts und rückwärts; dasselbe in schräger Richtung nach Innen und Außen, kreuzend vor oder hinter dem Standbeine; Beinschwingen und Unterbeinschwingen (Schwenken), Spreizen im Bogen; Beindrehen und -kreisen; Knie- und Ferseheben; Beinstoßen; Kniebeugen und -strecken, Kniewippen und Fußwippen; Unterbeinkreisen und Fußkreisen. Nicht alle der aufgezählten Uebungen haben jedoch gleiche Bedeutung; als die wichtigsten und die Kraft und Gewandtheit des Körpers am meisten fördernden sind das Knie- und Ferseheben und die verschiedenen Arten des Spreizens und Kniebeugens zu bezeichnen.

Aus leicht zu erkennenden Gründen müssen beim Mädchenturnen nun gerade diese Hauptübungen gemieden werden. Zwar soll auf untern und mittlern Stufen ein nicht zu hohes Ferseheben, sowie ein mäßiges Spreizen in gerader Richtung und im Bogen auch geübt werden, allein dies bietet uns noch nicht genug Ersatz für solchen Verlust; wir müssen denselben daher wo anders suchen und zwar in Uebungsformen, die dem weiblichen Geschlechte nicht widerstreben. Statt der Spreizübungen läßt man daher häufig die

Uebung des Beinschlagens ausführen, dann auch Gang- und Hüpfübungen, welche diese Beinhätigkeit in sich schließen, wie z. B. den Schlaggang, das Schlaghüpfen, das Zwei- und Dreischlaghüpfen u. a. Für das weggefallene Kniewippen entschädigen wir uns durch häufigere Verwendung des Kniewippganges, manchmal wohl auch durch Uebungen an Geräthen, wie z. B. an der Wippe. Einen fernern Ersatz suchen wir in mannigfaltigen Fußübungen und in den Uebungen des Bein-, besonders des Unterbeinschwingens, welche bald in der Grundstellung, bald in Schrittstellungen auszuführen sind und bei richtigem Betriebe eine leichte und zierliche Haltung der Füße in Gang- und Hüpfweisen bewirken. —

Da wir nun unwillkürlich auf die Gang- und Hüpfarten zu sprechen gekommen sind, so wollen wir in Kürze auch diejenigen nennen, welche den Knaben und diejenigen, welche den Mädchen zufallen.

Von den Knaben sind einzuüben: der gewöhnliche Gang im $\frac{4}{4}$ und $\frac{3}{4}$ Tact als Tactgang, der Schlaggang und Stampfgang, Behen- und Fersengang, Fußwippgang, Nachstellgang vorwärts und seitwärts, Schrittwechselgang, Schreiten in Schrittstellungen, Kniewippgang und Wiegegang; — das Hüpfen auf beiden Füßen in Grundstellung und Schrittstellungen, das Hüpfen auf einem Fuße, ferner: Hopsershüpfen, Spreizhüpfen, Dreischlaghüpfen, Galopp- und Schrittwechselhüpfen, Schottisch- und Wiegehüpfen. Alle diese Uebungen sollen aber auf der ersten Stufe, d. h. in den zwei ersten Turnjahren (9. und 10. (11.) Altersjahr) absolvirt werden; auf der mittlern Stufe kommen dann noch die Gangarten des Schritzwirbelns und Kreuzwirbelns hinzu. Von den Mädchen werden die genannten Uebungen alle auch durchgenommen, selbstverständlich wird aber der Stampfgang etwas modificirt, d. h. in ein Gehen mit betonten Tritten umgewandelt. Bei richtiger Anleitung werden überhaupt alle Gang- und Hüpfarten, welche durch Mädchen zur Darstellung kommen, den Stempel der Leichtigkeit und Zierlichkeit an sich tragen und den derben Charakter, wie er bei der Ausführung durch Knaben zu Tage tritt, von sich ferne halten. — Zu diesem Register von

Gang- und Hüpfweisen sind für die Mädchen aber noch folgende beizufügen:

Das Gehen mit Zwischentritten und mit Kreuzen der Beine, das Gehen im Dreitritt, das Gehen mit Niederhüpfen und das sog. Wechselhüpfen, Doppelschrittwechselgang und -hüpfen, Doppelschottischhüpfen, Schwenkhüpfen, Schleifhopsen und Schlaghopsen, Walzerschritt, Kreuzhüpfen und Kreuzwirbelhüpfen; ferner die mancherlei anderen Wirbelarten, wie Spreizzwirbeln, Schrittwechselwirbeln, Wirbeln mit Schrittwechselhüpfen, Schottischwirbeln, Dreitritt- oder Walzerwirbeln, Galopp-, Doppelschottisch- und Wiegezwirbeln, Schwenkhupfzwirbeln, Schleif- und Schlaghopszwirbeln, lauter Uebungen, bei welchen das Drehen um die Längsachse in mannigfachster Weise geübt wird. —

Was die Laufübungen, besonders den Dauerlauf anbelangt, so wissen wir erfahrungsgemäß, daß Knaben eine Viertelstunde, ja sogar fast eine halbe Stunde in mäßigem Laufe aushalten; wer aber je bei Mädchen in dieser Beziehung Erfahrungen gesammelt hat, wird uns beistimmen, wenn wir für untere und mittlere Stufen eine Maximaldauer von 3—6 (7) Minuten festsetzen; auf oberen Stufen muß diese Bestimmung aus gewichtigen Gründen wieder reducirt, ja bisweilen muß der Dauerlauf geradezu sistirt werden. Als besondere Arten des Laufens sind bei den Mädchen auch noch das Schrittwechsel-, das Schottisch- und das Wiegelaufen zu verwenden. Der Wettlauf (ebenso das Wetthinken) wird von den Mädchen gerne getrieben und veranlaßt dieselben unwillkürlich zu gesteigerter Laufthätigkeit; man vergesse daher die Gelegenheit nicht, denselben mehrmals im Jahre und wenn möglich zur Sommerzeit im Freien ausführen zu lassen. —

Betrachten wir nun noch die Verbindungen der Freiübungen mit Gangarten, so ist hervorzuheben, daß beim Knabenturnen vorzugsweise nur die anstrengenderen Formen derselben, wie Armschwingen, Armkreisen und -stoßen, Armbeugen und -strecken, Rumpfbeugen, Kniebeugen, Kniewippen und Fechterausfälle mit den verschiedenen Schreitungen zu verwerthen sind. Allerdings

können vorübergehend auch einmal Schrittweisen an oder von Ort ausgeführt werden, welchen nur betonte Tritte oder Zwischentritte, Tritte mit Niederhüpfen oder Hopperhüpfen zugeordnet werden, allein als wesentliche Uebungen für Knaben sind dieselben durchaus nicht aufzufassen oder vorzuführen; denn sie gehören im Gegentheil ihrem ganzen Wesen nach in's Gebiet des Mädchenturnens. Hier aber sind sie in vollstem Maße zu verwenden, weil sie neben dem Armbeugen und -strecken, neben Armschwingen und -kreisen und neben den Fassungen die turnschickigsten Uebungsverbindungen für das weibliche Geschlecht gewähren. Wir können leider jetzt auf das reiche Material solcher Verbindungen nicht eintreten, machen aber darauf aufmerksam, daß, wird einmal eine bestimmte Gangart als Grundübung angenommen, den einzelnen Tritten derselben oder links und rechts im Wechsel mit derselben in ununterbrochener Folge die mannigfachsten Schritt- und Hüpfweisen beigeordnet werden können, so daß dadurch eine solch' nachhaltige Bethätigung der unteren Extremitäten erzielt wird, wie sie gerade für das weibliche Geschlecht (im Hinblick auf seine spätere Bestimmung) als erwünscht bezeichnet werden muß. Die Freiübungen zweiter Ordnung, welche von ältern Knaben im Knieen oder im Liegestütz vorlings und rücklings ausgeführt werden, eignen sich für Mädchen ganz und gar nicht; ein einziger Fall findet meist bei reigenartigen Uebungen Verwendung, nämlich das Niederknieen auf ein Knie, während eine andere die Knieende umkreist.

Der Hoch-, Weit- und Tieffsprung, der Grätschsprung und der Sprung mit geschlossenen Beinen, der Stangensprung, Springübungen überhaupt sind als sehr wichtige Körperübungen für die männliche Jugend zu bezeichnen. Auf allen Stufen sind daher die Hauptformen, das Hoch- und Weitspringen, fleißig zu betreiben. Bei den Mädchen können leider Springübungen nur in beschränkter Weise getrieben werden: Der Grätschsprung fällt selbstverständlich ganz weg; der Sprung mit geschlossenen Beinen wird nur über ein niedrig ge-

haltenes Seil oder vorwärts in die Weite, der Tieffsprung nicht an einem besondern Tieffspringel, sondern bei Anlaß des Stürmens geübt. Der Hochsprung dagegen wird von untern und mittlern Stufen über ein Seil bis zu einer Höhe von 6—9 Dm. (1 M.) getrieben; der Weitsprung wird von allen Stufen gerne geübt und zwar in den Formen, daß bald über eine Matte, bald über ein Tuch, bald von einem Sprungbrett auf's andere oder vom Brett auf eine Matraze gesprungen wird. Geübte Turnklassen bringen es zu einer Weite von 2 bis 2,7 Meter.

Mit diesen Uebungen im Springen sind wir eigentlich schon in's Gebiet der Geräthübungen gerathen; wir beeilen uns daher vorerst noch der im Turnen gebräuchlichen Handgeräthe Erwähnung zu thun. Es sind dieß: Bälle, kurze und lange Stäbe, Hanteln und Keulen. Die letztern sind vom Schulturnen gänzlich auszuschließen; auch die Hanteln können als entbehrlich bezeichnet werden. Für kleinere Mädchen hat man da und dort hölzerne, für ältere Mädchen und für Knaben eiserne Hanteln empfohlen. Wo sie im Leibesunterrichte der Mädchen zur Anwendung kommen, ist mit der gleichen Rücksicht zu verfahren, wie bei den Armübungen überhaupt. Das gleiche gilt auch von den Stabübungen. Zerrungen und heftige Erschütterungen dürfen auch durch diese nicht erzeugt werden. Dagegen sind in der Grundstellung und in Schrittstellungen, in Gang- und Hüpfarten leichte Führungen und Schwünge häufig zu üben; auch (nicht zu heftiges) Armstoßen (Stabstoßen) ist statthaft. Für die nur den Knaben zufallenden Uebungen in Auslage und Ausfall mit Hieb und Stoß, Knieheben bis zum Schreiten über den Stab u. s. w. finden wir gewissermaßen einen Ersatz in den Uebungen, welche zwei Schülerinnen mit einem oder zwei Stäben, drei Schülerinnen mit drei und vier Schülerinnen mit zwei oder mit vier Stäben ausführen. — Erwähnenswerth sind auch noch die Uebungen, welche 2, 3, 4 bis 6 Schülerinnen mit längeren Stäben vollziehen. —

Die verschiedenen Arten des Werfens und Fangens kleiner Bälle bilden für die untern Stufen der Mädchen eine ange-

nehme und zugleich die Gewandtheit fördernde Unterhaltung; doch gehören solche Uebungen schon mehr in's Gebiet der Spiele und werden am zweckmäßigsten auch in der diesen zugewiesenen Zeit betrieben. Das Zuwerfen und Fangen der Bälle durch ganze Reihen, der Zielwurf nach dem Ballkorbe oder nach andern Objecten, wie in schräg gestellte Fäßchen oder durch aufgehängte Reife u. s. w., sind für jüngere Mädchen recht belustigende Uebungen. Die Knaben lieben auch hier eine andere, eine kräftigere Kost: Reiterball, Schlagball, Kreisball, überhaupt Spiele, bei welchen der Ball nach den Mitspielenden zu werfen ist, sind ihre Lieblinge. Auf obern Stufen bevorzugen sie auch die Spiele mit dem großen Lederball (Balltreiben, Stoßball), welche sie oft mit wahrer Leidenschaftlichkeit treiben. —

Indem wir jetzt zu den Geräthübungen übergehen, bezeichnen wir in erster Linie diejenigen Geräthe, welche ausschließlich nur von dem einen oder von dem andern Geschlechte benützt werden, ohne uns jedoch auf die Uebungen näher einzulassen, welche an denselben auszuführen sind, eingedenk unserer Aufgabe, welche ja nur möglichst genaue Scheidung der jedem Geschlechte zuzuordnenden Uebungen verlangt.

Geräthe, welche speciell nur für das Turnen der männlichen Jugend taugen, sind: Klettertaue, Strickleitern, Tiefspringel, Bock, Pferd, Sprungkasten und je nach Umständen auch das Reck. Da Kletterübungen jeder Art vom Mädchenturnen grundsätzlich auszuschließen sind, ist von den Uebungen an Tauen von vornherein abzusehen, während dieselben für die mittlern und obern Stufen der Knaben sehr empfehlenswerth sind. —

Die vielgestaltigen Einrichtungen mit senkrechten, schrägen und horizontal ausgespannten Strickleitern, wie wir sie in französischen und englischen Turnanstalten treffen, mögen für den Dienst in der Marine ein trefflich vorbereitendes Übungsmaterial darbieten, für den Schulturnunterricht der Knaben sind sie aber nicht unumgänglich nothwendig, für diejenigen der Mädchen durchaus entbehrlich, außer die Emancipation der Frauen käme

einmal zu solcher Geltung, daß auch der Matrosendienst durch weibliche Kräfte verrichtet werden sollte. — Besondere Vorrichtungen für den Tießprung (Treppen) finden wir da und dort noch für Knaben eingerichtet; ein besonderer Werth ist denselben aber durchaus nicht beizulegen, finden doch die Knaben beim Sprung über höher gelegte Schrägbretter, beim Sprung am Graben und beim Stangensprung dafür genugsam Gelegenheit. Immerhin ist darauf aufmerksam zu machen, daß das Springen in größere Tiefe mit aller Vorsicht zu betreiben ist.

Der Bock, ein Geräthe, welches sich besonders für die untern und mittlern Stufen der Knaben eignet, bildet eine treffliche Vorschule für das Pferdspringen. Dieses dagegen und die Uebungen am Sprungkasten bieten ein weites und reiches Uebungsmaterial dar für die obern Stufen. Wo in Mädchen-Turnräumen durch Leitern, Stangen u. s. w. hinreichende Gelegenheit zu Uebungen im Hange geboten ist, kann das Reck füglich entbehrt werden. Die wenigen Uebungen, welche z. B. an sehr niedrig gelegter Reckstange im Liegestütz ausgeführt werden können, sind nicht von solcher Bedeutung, daß ihr ethalben auch die Einrichtung eines Reckes gefordert werden dürfte.

Geräthe, welche vorzugsweise zu Leibesübungen der weiblichen Jugend dienen, sind: das kleine Schwungseil (der Reif), und die Castagnetten, Schwebestangen, Schwebekanten, Schwebepfähle, Schwebesteine, Stelzen, die Wippe und die Schaukeldiele oder das Schaukelbrett.

Das kleine Schwungseil, ein Lieblingsgeräth der jüngern Mädchen, bietet eine reiche Ausbeute für allseitige Körperbethätigung und entspricht so sehr der weiblichen Bewegungslust und dem weiblichen Wesen, daß wohl kein anderes Geräthe ihm zur Seite zu stellen ist. Knaben dagegen machen sich gar nichts daraus. Für Kenntnißnahme der damit vorzunehmenden Uebungen verweisen wir auf unsere Bearbeitung der Schwungseilübungen, welche im Jahre 1873 in Leipzig bei Ernst Reil erschienen ist.

Die Castagnetten, ein Handgeräthe im vollsten Sinne des

Wortes, werden zur Begleitung von Gang- und Hüpfweisen gebraucht. Die Schläge und Wirbel, welche mit denselben geschlagen werden, geschehen hauptsächlich durch Fingerbewegungen; die Arme werden dabei gebeugt vor der Brust oder gerundet in Hochhebbalte gehalten, häufig auch seitwärts aufgeschwungen. Uebungen mit Castagnetten sind den Mädchen aller Stufen stets willkommen, doch können sie mehrentheils erst auf mittlern und obern Stufen zu richtiger und guter Verwendung gebracht werden.

Die Schwebestangen, welche je nach vorhandener Anzahl zu zwei, drei, vier oder mehr nebeneinander gelegt werden, sind eines der empfehlenswerthern Geräthe für das Mädchenturnen. Die mancherlei Gang- und Hüpfarten, welche bald mit, bald ohne Fassungen auf denselben vollzogen werden, bewirken bei richtiger Betriebsweise eine gute und zierliche Haltung der Füße.

Schwebekanten, Schwebepfähle und Schwebesteine bezeichnen wir dagegen als weniger wichtige Geräthe und treten deshalb auf die bezüglichen Uebungen auch nicht näher ein.

Die Uebungen auf Stelzen sind früher angefochten worden, als beeinträchtigten sie eine gute Haltung des Körpers; wir dürfen aber nach gemachten Erfahrungen diese Anschuldigung als grundlos zurückweisen. Wer nur Anfängerinnen im Stelzengehen beobachtet, kann allerdings zu einem solchen Urtheile gelangen, weil dieselben aus Furcht rückwärts zu stürzen den Oberkörper immer etwas vorneigen; wer aber Gelegenheit hat, auch geübteren Stelzengängerinnen zuzuschauen, der wird erkennen, daß auch während der Uebung auf Stelzen eine gute und richtige Haltung des Körpers bewahrt werden kann. Da das Stelzengehen auf gebieltem Boden bei richtiger Anleitung von ganzen Schulklassen in zwei bis drei Stunden erlernt werden kann und die Uebungen darin auf ängstliche und schwache Naturen wohlthuend und kräftigend einwirken, indem sie Muth und Selbstvertrauen erwecken und Arme und Beine tüchtig bethätigen, ist dasselbe für den Schulturnunterricht der Mädchen unbedingt zu empfehlen. —

Die Schaukeldiele oder das sog. Schaukelbrett, ein

von Dr. Wapmannsdorff eingeführtes Geräthe, läßt eine ordentliche Auswahl von Uebungen zu, ist aber, da in vielen Fällen nur eine bis zwei Schülerinnen gleichzeitig darauf üben können und die Uebungen selbst viele Vorsicht erfordern, als kein empfehlenswerthes Geräthe für den Turnbetrieb in Schulen zu bezeichnen.

Die Wippe dagegen, welche in jedem Turnsaal wenigstens in zwei Exemplaren vorhanden sein sollte, gewährt gleichzeitig eine größere Bethheiligung und ist wegen ihrer vortrefflichen, die Arme und Beine in erhöhtem Maße stärfkenden Uebungen als Turngeräthe für Mädchenschulen warm zu empfehlen. —

Geräthe, welche von beiden Geschlechtern im Turnen benutzt werden, sind: das große Schwungseil, das Schrägbrett oder der Sturmlauf, der Stembalken oder Schwebbaum, der Rundlauf, die Schaukelringe, die wagrechte Doppelleiter, das Stangengerüst mit senkrechten und schrägen Stangen, die schrägen Leitern und der Barren. — Das große Schwungseil eignet sich nur für die unterste Stufe der Knaben und kann vielleicht im ersten, soll aber jedenfalls im zweiten Turnjahre absolvirt werden. Man beschränkt sich dabei auf die einfachsten Uebungsformen, nämlich auf den Lauf durch das Seil, den Sprung über das Seil, das Hüpfen an Ort im Seil, den Wechsel von Durchlaufen und Ueberspringen u. s. w. und läßt diese Uebungen bald von Einzelnen, bald von Mehreren ausführen. Das Ziel des Unterrichtes ist erreicht, wenn sämtliche Schüler in rascher Aufeinanderfolge und ohne Unterbrechung die Uebungen des Durchlaufens und des Ueberspringens mehrmals nach einander bei langsam oder schneller geschwungenem Seil durchführen können. —

Für die Mädchen hat das lange Seil wohl dieselbe Bedeutung, wie das kurze, und wird oft auch in Verbindung mit diesem zur Anwendung gebracht. Die reiche Fülle von Uebungen, welche sich mit einem, zwei und drei langen Schwungseilen ausführen läßt, haben wir in der oben schon näher bezeichneten Abhandlung über die Schwungseilübungen einläßlich beschrieben und können

sie daher füglich hier übergehen. Wir empfehlen diese Schwungsübungen aber allen Turnlehrern, deren Turnräume noch ungenügend mit Geräthen ausgestattet sind, auf's beste; sie werden darin einen erfreulichen Ersatz für Anderes finden.

Die Uebungen am Schrägbrette werden von Knaben und Mädchen auf der untern und mittlern Stufe (also 3 bis 4 Jahre) getrieben. Anfänglich läßt man beide Geschlechter über zwei oder vier dachförmig gelegte Bretter in verschiedener Weise gehen, hüpfen und laufen, alsdann werden dieselben Uebungen oder ähnliche auch nur auf einem Brette vollzogen, um schließlich nach mehr oder weniger Tritten auf dem Brette den Sprung in die Tiefe folgen zu lassen. Bei den Knaben wird das Brett anfänglich etwa hüfthoch, dann nach und nach etwas höher gelegt, bis zuletzt eine Höhe von etwa $1\frac{1}{2}$ Meter erreicht wird. Der Niedersprung auf eine Matraze ist Anfängern zu gestatten; ältere Knaben dagegen sollen an ein Niederspringen auf den festen Erdboden oder den gebiethen Saalboden gewöhnt werden. Als Lehrziel bei den verschiedenen Höhen ist der Sprung zu betrachten, welcher nach einem einzigen Tritte auf's Brett den Turner in kühnem Fluge über dasselbe wegsetzen läßt. Zur Steigerung der Sprungfertigkeit in die Höhe oder Weite wird über oder vor der Kante des Brettes bisweilen auch noch eine Schnur gespannt.

Bei den Mädchen kann man mit einer sehr geringen Höhe des Brettes, z. B. mit einer Höhe von nur 0,6 Meter, beginnen, steigert dieselbe aber nach und nach ebenfalls, bis man zuletzt die Höhe von etwa 1 Meter erreicht. Der Niedersprung geschieht auf allen Stufen auf eine Matte oder Matraze. Die Zahl der Uebungsfälle kann durch allerlei Sprünge, welche von verschiedenen Stellen des Brettes aus seitwärts oder schräg vorwärts erfolgen, vermehrt werden. Als Lehrziel darf man ebenfalls den Sprung festsetzen, welcher nach einem einzigen Tritte auf's Brett, die Springenden über dasselbe hinwegführt. Die Erfahrung hat uns gezeigt, daß auf allen Stufen, bei richtiger Länge und Höhe des Brettes, die Mehrzahl der Turnerinnen diesen Sprung erlernen

kann. Und wir dürfen noch beifügen, daß er fast für Alle eine Lieblingsübung geworden ist. —

Am Stemm balken (Schwebebaum) werden von beiden Geschlechtern folgende Uebungen vorgenommen:

Das Aufsteigen auf den Balken, das Niedersteigen von demselben und das Uebersteigen über denselben, das Springen auf den Balken und der Niedersprung auf den Boden, ferner das Ueberspringen des Balkens; wohl zu beachten ist aber, daß bei den Mädchen der Balken für diese Uebungen sehr niedrig gelegt werden muß, während er für Knaben fast in die doppelte Höhe gebracht werden kann.

Schwebeübungen. Sie umfassen eine Anzahl der hauptsächlichsten Freiübungen, welche nun auf schmäler Standfläche wiederholt werden sollen. Für die Mädchen fallen wiederum diejenigen Beinübungen weg, welche schon bei den Freiübungen ausgeschieden wurden. Dagegen sollen dieselben auf mäßig hohem Balken vielmehr Gang- und Hüpfarten üben, als die Knaben. Die Ausführung derselben erfolgt bald vorwärts, bald seitwärts oder rückwärts und zwar nicht immer auf wagrechtem, sondern auch auf schrägem Balken auf- oder abwärts. Der Schwebekampf, welcher den Knaben so vielfache Belustigung gewährt, wird auch von den Mädchen gerne getrieben.

Der Sprung mit Stütz der Hände im Seitstande am Balken kann auch von den Mädchen geübt werden und zwar entweder als Sprung zum Seitstütz vorlings oder zum Schrägsitz neben oder zwischen den Händen; damit ist aber auch schon Alles bezeichnet, was aus dem reichen Schatze von Uebungen, welche der Stemm balken den Knaben bietet, noch für die Mädchen abfällt. Denn von Sprüngen mit Seitspitzen, Knieheben und Rumpfhoben, von Festsprüngen und von Sprüngen mit Sitzwechseln, von gemischten Sprüngen überhaupt kann ja für Mädchen keine Rede sein. —

Die Uebungen am Rundlaufe sind ihrer Mehrzahl nach für beide Geschlechter dieselben; bei den Knaben werden sie haupt-

sächlich auf der Unter- und Mittelstufe verwerthet, bei den Mädchen auf allen Stufen. Ist doch der Rundlauf ein von allen Altersstufen der weiblichen Jugend bevorzugtes Geräth. Als Hauptunterrichtsziel für beide Geschlechter sind zu bezeichnen: 1. der sog. Riesenschritt, welcher mit Griff beider Hände oder auch nur mit Griff einer Hand erfolgen kann, 2. das Kreisschwingen beider geschlossenen Füße bei Griff beider Hände. Diese beiden Uebungen sind für die Entwicklung und Kräftigung des Körpers von so nachhaltiger Einwirkung, daß denselben fast auf allen Unterrichtsstufen, besonders aber auf der mittlern und obern Stufe, die meiste Zeit einzuräumen und lieber von vielen andern Uebungen, wie Schrittz- und Hüpfweisen abzusehen ist. —

An den Schaukelringen sind den Mädchen besonders die Uebungen in Stand und Hang, im Liegestütz, im Vor- und Rückschaukeln mit Abstoß eines oder beider Beine, das Hüpfen in den Beugehang, das Verharren in demselben und das Seit- oder Vorstrecken eines Armes (wenn möglich!) in demselben, das Armwippen, das Kreisschaukeln und das Hüpfen in den Streckstütz zuzuweisen, während die Knaben neben diesen Uebungen noch diejenigen mit Drehung um die Breitenaxe (z. B. zum Liegehang an Händen und Knien, zum Hock- und Sturzhang, zum Strecksturzhang, zum vollständigen Ueberschlag etc.), ferner das Hüpfen in den „halbfreien“ Stütz und die Schaukelsprünge vorwärts und rückwärts ausführen. Da zu all' diesen Uebungen schon eine gewisse Turnfertigkeit von Nothen ist, so sind dieselben bei beiden Geschlechtern der Mittel- und Oberstufe einzuordnen. Im Uebrigen ist zu bemerken, daß die Ringe nicht als ein unumgänglich nothwendiges Geräthe für den Schulturnunterricht zu bezeichnen sind.

Dagegen sind die Uebungen an der wagerechten Doppelleiter für den Schulturnunterricht höchst wichtig und für beide Geschlechter von gleicher Bedeutung. Da wir voraussetzen, daß dieselben überall bekannt seien, dürfen wir wohl ein Aufzählen derselben hier unterlassen. Sie bilden bei den Knaben auf der Unter-

und Mittelstufe, bei den Mädchen auf allen Stufen eine Hauptaufgabe der im Gange vorzunehmenden Uebungen. Im Unterrichte der Mädchen fallen selbstverständlich die Uebungen mit Drehungen um die Breitenaxe wieder weg; es kann also von Aufschwüngen zum Liegehang und dergleichen Uebungen keine Rede sein. Dasselbe gilt natürlich auch von den Uebungen an schrägen Leitern und schrägen Stangen, was hier zum Voraus bemerkt sein soll. Unsere langjährige Erfahrung hat uns bestimmt, der Unterstufe der Mädchen als Hauptaufgabe die Uebungen im Stand und Hang, im Hang und Stand und die Hauptübungen mit gleichen und ungleichen Griffen; der Mittelstufe das Hangeln auf Dauer, den Hang an einem Arm, das Drehhangeln, das Hangzucken und den Beugehang; der Oberstufe neben Wiederholung der zwei letztgenannten Uebungen das Hangschwingen und das Hangeln in den verschiedenen Spannhängen zuzutheilen. Wir haben nämlich beobachtet, daß älteren Mädchen, welche schon in der Periode der Entwicklung stehen, die eben genannten Uebungen viel besser zusagen, als der Beugehang und das Hangzucken und deßhalb diese Uebungen der obern Classe unserer Mittelstufe zugewiesen, wo sie in der That auch besser ausgeführt werden. Im Turnunterrichte der Knaben dagegen kann anders verfahren werden, da sind Beugehang und Hangzucken auf der obern Stufe an ihrem richtigen Platze.

Für die Uebungen an den schrägen Leitern gilt im Allgemeinen das Nämliche. Neben den Uebungen im Gange werden an diesem Geräthe von Knaben und Mädchen noch Steigübungen gemacht. Das Umtreiben einer oder beider Leitern im Steigen, welches Knaben vollziehen, fällt für Mädchen geradezu weg; auch die Steigübungen an der untern Seite der Leiter müssen für dieselben beschränkt, d. h. nur bis zu geringer Höhe gefordert werden. Dagegen sollen sie auf der obern Seite der Leiter mit Griff beider Hände oder auch nur einer Hand vorwärts und rückwärts bis zu einer Höhe von 4—5 Meter aufsteigen lernen. Die nicht bethätigten Schülerinnen sind dabei in gehöriger Ent-

fernung seitwärts von den Leitern aufzustellen. In der Höhe von 1 bis 2 Metern sind auf der Leiter auch halbe Drehungen zu üben, d. h. die Schülerinnen sollen Furcht und Angstlichkeit überwinden lernen und sich langsam umkehren. Das Aufwärtsstüheln im Liegestütz vorlings auf einer schrägen Leiter ist nur von Knaben zu fordern. —

An den senkrechten und schrägen Stangen fallen nur den Knaben zu: die mancherlei Formen des Kletterns, die Uebungen mit Ueberdrehen um die Breitenaxe des Körpers, wie das Ueber schlagen zum Liegehang rücklings oder zum Sturzhang, das Aufwärtssteigen und Aufwärtsstüheln im Liegestütz vorlings auf zwei schrägen Stangen, die sog. Fahnen u. s. w.; den Mädchen werden zugetheilt: Uebungen im Stand und Hang, Hüpfen in den Streckhang, Uebungen darin, Hang auf Dauer, Hangeln an Ort, Hangeln aufwärts und abwärts, Schwingen im Hang, Hangeln mit Seit schwingen, Wechsel von gewöhnlichem Streckhang und Spannhang, Hangzucken an Ort, Hangzucken beim Rück schwingen, dasselbe beim Vorschwingen, Wanderhangeln vorwärts, seitwärts und rückwärts und zwar entweder in horizontaler Richtung oder in schräger Linie ab- oder aufwärts, Wanderhangeln mit Drehungen, Beugehang und Hangeln im Beugehang. — Alle diese aufgezählten Uebungen sind aber auch eine treffliche Aufgabe für Knaben und sollen von ihnen ebenfalls gepflegt werden.

Der Barren, ein Geräthe, das für alle Stufen der männlichen Jugend eine reiche Auswahl mannigfaltiger Uebungen zuläßt, bietet nichts desto weniger nur eine sehr beschränkte Zahl von Uebungen für das Turnen der Mädchen dar. Diese sind: der Sprung in den Innensitz hinter und vor den Händen, Sprung in den Stütz, Wechsel von Stütz und Sitz, Sitzwechsel im Innensitz auch zum Seit sitz, Fortbewegung durch die Länge des Barrens aus Stütz zu Sitz und umgekehrt, Uebungen im Streckstütz, Schwingen im Streckstütz, Fortbewegung vorwärts oder rückwärts durch die Länge des Barrens vermittelst Streck-

stüßschwingen, Stüteln vorwärts, seitwärts und rückwärts, Uebungen (besonders Kumpfsbeugen rückwärts) in Stand und Hang im Seitstande neben dem Barren, ferner langsame Beugen der Arme im Streckstüße bis zum Stand auf den Boden. — Da von Sitzarten auf einem Bein, vom Außensitz vor oder hinter der Hand, von Liegestütz und Liegehang, von Drehungen um die Breitenaxe, vom Spreizen und Kreisen eines Beines, von Knickstütz u. s. w. ja durchaus keine Rede sein kann, wie bei den Knaben, so müssen wir uns eben mit dem erwähnten Uebungsstoff begnügen.

Wir fügen zwar gerne noch bei, daß wir seit Jahren, seit die Grinoline in Mißkredit gerathen und ein anständiges Kleid den Körper unserer weiblichen Jugend umgiebt, auch die Kehre und Wende an einem etwa hüfthohen Barren mit recht günstigem Erfolge habe ausführen lassen. Ueberhaupt glauben wir mit Bestimmtheit versichern zu dürfen, daß die Ausführung der Barrenübungen durch Mädchen an den meisten Orten deßhalb mißglückt, weil die Construction der vorhandenen Geräthe für die betreffenden Altersstufen des zarten Geschlechtes eben als eine durchaus verfehlte bezeichnet werden muß. Die meisten Barren sind entschieden zu hoch und viel zu breit.

Indem wir hiemit unsere Betrachtung über die Vertheilung der Geräthübungen für beide Geschlechter schließen, betonen wir noch, daß bei allen Uebungen und zwar nicht nur im Knabenturnen, sondern wohl in erhöhtem Maße noch im Mädchenturnen stets auf eine gute und schöne Haltung des Körpers und auf eine wohlanständige Bewegung der Glieder zu achten ist. —

Nur wenige Worte fügen wir noch bei über die Turnspiele. Die Auswahl der jedem Geschlechte zusagenden und seinem Wesen entsprechenden Spiele kann dem beobachtenden Lehrer nicht schwer fallen; äußert sich doch die Jugend sofort unverholen, wenn ihr das eine oder andere nicht zusagt. Ueberdieß besitzen wir nun eine Anzahl guter Spielsammlungen, so die Büchlein von Dr. Moritz Klopß:

„Das Turnen im Spiel oder lustige Bewegungsspiele für

muntere Knaben.“ „Das Turnen in den Spielen der Mädchen.“ (Dresden. G. Schönfeld's Buchhandlung. 1861 und 1862.)

Von D. Schettler: Turnschule, dritter Theil. Spiele für Mädchen von 8—14 Lebensjahren und von ebendenselben die neue Auflage der großen Spielsammlung von Guts Muths:

„Spiele zur Uebung und Erholung des Körpers und des Geistes; gesammelt und practisch bearbeitet von J. C. F. Guts Muths; mit den Erweiterungen der vierten Auflage von Klumpp, weiland Oberstudienrath zu Stuttgart, in fünfter Auflage neu herausgegeben, überarbeitet und sehr vervollständigt von D. Schettler, Seminar-Oberlehrer in Auerbach i./B.

Sie werden es daher billigen, wenn ich dieses Gebiet keiner weitem Besprechung mehr unterziehe und hiemit meinen Vortrag abschließe. —



Acquired as part of the Wellesley collection, 1958

In der unterzeichneten Verlagsbuchhandlung erschien ferner:

Jenny, Wilhelm. Das Wesen der Frei- und Ordnungsübungen mit besonderer Berücksichtigung ihres Einflusses auf die körperliche Entwicklung und Kräftigung der Jugend. Preis 60 Pf.

Iselin, Friedrich. Bemerkungen über Mißstände unseres gegenwärtigen Schulturnens. Preis 80 Pf.

Maul, Alfred. Lehrziel für den Turnunterricht in den Knabenschulen. Herausgegeben vom Basler Turnlehrerverein. 3. Auflage. Preis 1 Mark.

Riggenbach, August. Die Freiübungen für Knaben und Erwachsene. Mit 101 Abbildungen. 2. Ausgabe. Cartonmirt. Preis 1 Mark 60 Pf.

Spieß, Adolf. Die Lehre der Turnkunst. 2. Auflage. 4 Bände. Preis 16 Mark.

Derselbe. Turnbuch für Schulen als Anleitung für den Turnunterricht durch die Lehrer der Schulen. 2 Bände. Preis 11 Mark.

Derselbe. Das Turnen in den Freiübungen für beide Geschlechter geordnet. 2. Auflage. Preis 2 Mark 50 Pf.

Derselbe. Das Turnen in den Hängübungen für beide Geschlechter dargestellt. Mit Abbildung der Hängleiter. 2. Auflage. Preis 4 Mark.

Derselbe. Das Turnen in den Stemmübungen für beide Geschlechter dargestellt. Mit einem Anhang über Liegeübungen. 2. Auflage. Preis 4 Mark 50 Pf.

Derselbe. Das Turnen in den Gemeinübungen in einer Lehre von den Ordnungsverhältnissen bei den Gliederungen einer Mehrzahl, für beide Geschlechter dargestellt. Mit 155 in den Text gedruckten Abbildungen. Preis 5 Mark.

Derselbe. Gedanken über Einordnung des Turnens in das Ganze der Volkserziehung. 2. Ausgabe. Preis 75 Pf.

Wasmannsdorf, Karl. Zur Würdigung der Spieß'schen Turnlehre. Preis 2 Mark 50 Pf.

Basel.

Schweighauserische Verlagsbuchhandlung.

(Hugo Richter.)