

Universitäts- und Landesbibliothek Tirol

Turnen

Eckardt, Fritz

Leipzig [u.a.], 1917

II. Betrieb des Turnens

Die Geschichte des Turnens ist ausführlich dargestellt bei: Rühl, Entwicklungsgeschichte des Turnens (Leipzig, Eberhard); Cotta, Turngeschichte (Leipzig, Voigtländer); Euler, Geschichte des Turnunterrichts (Gotha, Thienemann).

II. Betrieb des Turnens.

1. Das Schulturnen.

Die Einordnung des Turnens in die Schule ist vor allem dem oftgenannten Ad. Spieß zu danken. Jahn wehrte sich dagegen mit allen Kräften: „Ein Turnplatz in der Stadt wird nimmermehr ein rechter Turnplatz für die Jugend.“ Sein fröhliches Turnen draußen im Walde stand in keiner Beziehung zur Schule, obgleich Jahn von Beruf Lehrer war. Seine Erziehungsreform ähnelte darin den modernen des Wandervogels und der Pfadfinder, die sich teilweise sogar zur Schule in Gegensatz stellen. Nur keine Schule, nur nichts Schulmäßiges! ist ihre Losung. Das gibt ihrem Betrieb die erfreuliche Frische. Ihre geheimnisvolle Wirkung liegt aber nicht in der Loslösung von der Schule, sondern darin, daß sie es nur mit Freunden der Sache, zum großen Teile mit begeisterten Freunden zu tun haben und nicht mit erzwungener Beteiligung, wie sie die Schule fordert. Darin liegt aber anderseits der Mangel der Unternehmungen und auch der Jahn'schen. Nur diejenigen, die für körperliche Tätigkeit Neigung hatten, kamen zum Turnen. Das waren naturgemäß zugleich die körperlich Tüchtigeren. Die Ungeschickten und Schwachen, die Einlinge und Gigerl blieben weg. Aber gerade diese bedürfen am meisten der körperlichen Betätigung und Schulung. Darum war die Einordnung des Turnens in den Unterricht ein entschiedener Fortschritt. Er sichert die turnerische Durcharbeitung des ganzen Volkes und die Regelmäßigkeit des Betriebs. Mit dem Turnzwang verknüpfen sich aber auch mehrere teilweise ungünstige Umstände und Folgen.

Die Befreiung vom Turnunterricht, die auf Grund eines ärztlichen Zeugnisses den kranken und gebrechlichen Schülern zu erteilen ist, wird erfahrungsgemäß auch von solchen erlangt, die nur vorgeben, krank zu sein. Ihre Zahl ist bisweilen auf 70 Prozent und mehr gestiegen. Alle seither versuchten Gegenmittel (amtliches Formular, Bezirksärzte) haben nicht den gewünschten Erfolg gezeitigt.

Die vollkommene Einordnung des Turnens in den Unterricht er-

fordert, daß es klassenweise gegeben wird, daß jede Klasse ihre gesonderten Stunden hat wie jedes andere Fach. Um diese Stunden in den vorhandenen Turnräumen unterzubringen, muß Turnen mitten zwischen die andern Fächer hineingelegt, oft muß ihm sogar die erste Vor- oder Nachmittagsstunde eingeräumt werden. Das hat man auf Grund der Ermüdungsforschungen für einen großen Fehler erklärt. Jedoch besteht dieser Fehler bisher nur in der Theorie. Praktisch hat er sich noch nie gezeigt, und selbst wenn er vorhanden wäre, müßte man ihn als unumgänglich in den Kauf nehmen. Ausführliches gibt Zander S. 71.

Die Klassen sind bekanntlich nach ihrer geistigen Leistungsfähigkeit zusammengestellt. Dadurch finden sich in den Klassen z. B. der höheren Schule Altersunterschiede bis zu vier Jahren. Diese im Alter und noch mehr in der Körperentwicklung ganz verschiedenen Schüler haben gleichzeitig Turnstunde, müssen gleichzeitig körperlich beschäftigt werden. Der große Abstand in der Körperleistung unter den einzelnen Schülern einer Klasse ist bekannt. Das erschwert den Betrieb und Erfolg des Unterrichts.

Im Schulturnen haben vielfach die Übungen das Übergewicht erlangt, die sich schulmäßig am sichersten und bequemsten behandeln lassen. Das sind, wie wir schon nachgewiesen haben, die Schulformen. Damit hat der Betrieb seine Frische, seine Anregung und Freude und einen guten Teil seines Erfolgs verloren.

Alle diese Mängel sind von den Turnlehrern und den Freunden der Leibesübungen klar erkannt, und das hat zu Forderungen geführt, die mehr und mehr in die Öffentlichkeit dringen, und die jeder Vater und jeder Staatsbürger prüfen und erwägen sollte.

Die erste ist: Zeitvermehrung! 30 bis 40 Wochenstunden geistige Arbeit, wie sie der Unterricht und die Schularbeiten erfordern, und 2 bis 3 Wochenstunden Leibesübung sind ein Mißverhältnis. Es war von vornherein auch gar nicht daran gedacht, daß diese wenigen Stunden das Wandern, Schwimmen, Spielen, Eislaufen usw. ersetzen sollten. Sie sollten zu diesen Tätigkeiten nur als geregelte Leibesübung hinzutreten. Teilweise hat aber die Schule selbst die Zeit, die für jene Übungen frei bleiben sollte, mit Beschlag belegt. Es wird also nun wieder mehr freie Zeit gefordert und eine Kontrolle darüber, daß diese Zeit nicht verbummelt oder gar in der Kneipe verbracht wird statt zur Übung des Leibes.

Um für letztere anzuregen und die Erfolge des in der Zeit beschränkten Turnunterrichts zu ergänzen, hat man es vielenorts mit einer Reihe sogenannter kleiner Mittel versucht. Man hat freiwilliges Wandern, Spielen, Kürturnen von Schul wegen eingeführt.

Diese Einrichtungen treffen immer nur die guten Turner. Sie verführen sogar manchen, der Leibesübung mehr Zeit zu widmen als nötig und für seine geistigen Leistungen rätlich ist. Aber die Schlechten bleiben weg. Deshalb fordert man jetzt: Was die Schule an Übungsgelegenheiten bietet, muß für alle Schüler verbindlich sein.

Ausgenommen sind nur die an vielen Schulen bestehenden Schülerturnvereine, die selbständig oder einem Turnverein Erwachsener angegliedert das Turnen üben. Sie und die gleichfalls vorhandenen Schülervereine für Rudern, Fußball usw. bieten jedenfalls dem geistig angestregten Schüler einen besseren Ausgleich als Vereinigungen, die es immer wieder mit geistigen Dingen zu tun haben.

Die wenigen Wochenstunden Turnen (2 bis 3) können nicht so ersprießlich ausgenutzt werden, wie es nötig wäre. Es sind Schüler darunter, die für Leibesübung keine Neigung haben. Die alte Behauptung, die fast die Verbreitung eines Glaubenssatzes hat, die Jugend turne gern, ist in dieser Allgemeinheit falsch. Unsere Jungen beschäftigen sich vielleicht lieber mit Turnen als mit Sprachen und Mathematik, aber manche ziehen sich doch noch lieber von jeder, auch von der körperlichen Anstrengung zurück. Andere Säcker haben gegen die Unlust und Interesslosigkeit neben den Schulstrafen, die auch dem Turnunterricht zustehen, das wirkungsvolle Mittel der Zensur, die auf Rangordnung, Versetzung und Abgang Einfluß hat. Deshalb muß die gleiche volle Geltung der Turnzensur gefordert werden.

Turnen soll zählen wie jedes andere Sach. Viele halten das für unmöglich, weil wir in den Klassen wirklich Schwache, Kranke, Verkrüppelte, körperlich Elende und Bemitleidenswerte haben. Man hält die gewünschte Wirkung der Turnzensur ihnen gegenüber für eine Härte. Die Sache sieht aber schlimmer aus, als sie ist. Keiner soll wegen des Turnens allein sitzen bleiben. Die schlechte Turnzensur kann durch bessere Leistung in anderen Sächern kompensiert werden, und für solche behält der Dispensierte durch die an Leibesübungen ersparte Zeit reichlich Gelegenheit. Die Sorderung erstrebt keine Benachteiligung der Kranken, aber sie will auch keine Ungerechtigkeit gegen die körperlich Tüchtigen dulden. Eine solche liegt jetzt noch vor,

wo man zwei Schüler, die in ihren wissenschaftlichen Leistungen zu wünschen übrig lassen, völlig gleich einschätzt, obgleich der eine auch körperlich minderwertig, der andere aber körperlich außerordentlich tüchtig ist. Der Krieg hat uns in mehreren hervorragenden Beispielen gezeigt, welch unschätzbaren Nutzen die letztere Art von Menschen ihrem Vaterlande leisten können. Für die Beurteilung dieser Frage ist es nötig, mit einem anderen Vorurteil aufzuräumen. Man meint, daß die guten Turner im allgemeinen geistig gering seien. Die Vergleiche der Leistungen auf Grund attestmäßigen Materials, die zuerst wohl auf der Hygieneausstellung 1911 in Dresden und dann wiederholt vorgenommen wurden, haben ergeben: Geistige und körperliche Tüchtigkeit stehen im allgemeinen im geraden und nicht im entgegengesetzten Verhältnis. Es ist nachgewiesen: von den körperlich Tüchtigen erreichen das Klassenziel die höchste Prozentzahl, von den mittleren weniger, von den körperlich Schlechten der kleinste Teil.

Viele von denen, die dem Turnen keinen Einfluß auf das Reifezeugnis zugestehen wollen, finden wenigstens die Forderung berechtigt: Bei Ausstellung des Einjährig-Freiwilligenscheins darf die körperliche Leistung nicht länger ohne jeden Einfluß sein. Nach dem Vorhergegangenen ist es nicht nötig, diese selbstverständliche Forderung eingehend zu begründen. Alle diese Wünsche mögen in ihrer Gesamtheit ein wenig unbescheiden erscheinen. Aber es ist nötig, dem Turner und seinem Ansehen im deutschen Volke einmal gründlich aufzuhelfen.

Die Behörden haben es an Lob und Anerkennung für die Leibesübungen zwar nie fehlen lassen. Ihr „Wohlwollen“ ist fast sprichwörtlich geworden. Aber sie entschließen sich nicht zu entscheidenden Maßnahmen. Darum fordert der Reichstagsabgeordnete Müller-Meiningen mit Recht: „Dem Stadium endloser Deklamationen über die Ertüchtigung unserer Jugend müssen wir zu Taten übergehen.“ Geschehe das, so würden sofort die unnötigen Dispensationen verschwinden, das Ansehen des Faches würde bei Schülern und Eltern gewinnen, beide würden auf eine genauere Beobachtung des Körperzustandes hingewiesen, die Unterrichtserfolge des Turnens und damit die körperliche Leistungsfähigkeit unseres Volkes würden steigen.

Das Turnen ist jetzt der Schule eingeordnet, aber es steht als Unterrichtsfach den übrigen nicht gleich, und so ist der Satz, der im sächsischen Landtage ausgesprochen wurde, völlig berechtigt: Entweder ist ein

Sach wert, in die Schule aufgenommen zu werden, dann gebt ihm gleiches Bürgerrecht, oder es ist's nicht, dann tut es hinaus!

Die heutige Stellung der Leibesübung im Schulganzen bedarf einer gründlichen Änderung in dem Sinne, wie sie das „Deutsch“ hat. Nicht nur der Lehrer für dieses Sach, sondern auch jeder andere hat auf gutes Deutsch zu achten. So sollte das Körperliche nicht nur Sache des Turnlehrers sein, sondern jeder Lehrer müßte dabei an seinem Teile helfen. In einigen Bundesstaaten ist die Verordnung herausgekommen, daß bei der Wahl eines Schulleiters darauf zu sehen ist, ob er auch für die körperliche Erziehung Verständnis hat und in der Lage ist, sie zu fördern. Das ist eine sehr zweckmäßige Bestimmung, sofern sie wirklich eingehalten wird.

Mitarbeit aller Lehrer an der körperlichen Entwicklung des Schülers muß die Lösung einer guten Schule sein. Hier einige Beispiele, wie sich diese Mitarbeit betätigen kann. Der Turnunterricht kann mit seinen zwei bis drei Wochenstunden die Körperhaltung der Schüler nur wenig bessern. Wie anders sind die Erfolge, wenn jeder der zahlreichen Lehrer den Schüler immer wieder auf seine schlechte Haltung aufmerksam macht. — Wenige Lehrer kümmern sich um die schlechte Körperhaltung der Schüler beim Schreiben. Was nützen dann die Bemühungen eines einzelnen! Und doch ist die Sache von größter Wichtigkeit. Da unsere Schüler einen guten Teil ihrer Zeit schreibend verbringen, ist die Wirkung der schlechten Schreibhaltung auf Augen, Brustkasten und Rückgrat bedeutend. — Der Turnlehrer fordert, daß der Schüler ein straffes Stillgestanden mit geschlossenen Füßen und angelegten Armen einnehme, wenn er mit ihm spricht, ähnlich wie es das Militär im Verkehr mit Vorgesetzten vorschreibt. Diese Regel ist nicht in die Schüler hineinzubringen, wenn sich die meisten anderen Lehrer die unglaublichste Haltung gefallen lassen. — Von großem Einfluß ist es, wenn der Klassenlehrer auch die körperlichen Leistungen seiner Schüler beachtet. Eine Nachfrage beim Turnlehrer, ein Besuch der Turnstunde, die Zensurerteilung bieten dazu Gelegenheit. Dabei wird eine Mahnung an den guten Turner, sich auch geistig besser zu betätigen, gewiß auf fruchtbaren Boden fallen, wenn seine körperliche Leistung anerkannt wird.

Es hat sich allmählich in der Praxis ergeben, daß neben dem Schulleiter der Turnlehrer oft der einzige im Lehrkörper ist, der die hygienischen Maßnahmen der Schule auf ihre Durchführung und Wir-

fung beobachtet. Diese Praxis ist falsch und ungenügend. Alle Lehrer müssen sich beteiligen und auf Reinigung der Stöße beim Eintritt ins Schulhaus, auf Lüftung der Zimmer, auf richtige Verteilung der Hausaufgaben, auf Gewicht und Tragart der Schulbücher, auf zweckmäßige Kleidung der Schüler u. a. achten.

Endlich ist es Pflicht des Lehrers, sich körperliche Rüstigkeit, Gewandtheit und Ausdauer nach Kräften zu erhalten. Wenn er die Taten eines Herkules, Achill oder Theseus mit beredtem Munde rühmt, selbst aber körperlich ungeübt und schlaff ist, so stimmt das schlecht zusammen. Die Beteiligung und Hilfe der Lehrer bei Spiel, Wettturnen und Wanderung ist nötig und hat erfreulich zugenommen.

Wo als hygienische Maßnahme der Schule das sog. Pauseturnen eingeführt ist, liegt die Überwachung allen Lehrern, nicht nur dem Turnlehrer ob. Besser noch ist es, wenn sich die Lehrer selbst beteiligen und so den Schülern lebendiges Vorbild sind. Das Pauseturnen ist eine vorzügliche Einrichtung und dort, wo sich alle Lehrer, besonders die Klassenlehrer der Sache annehmen, ohne große Schwierigkeit durchzuführen. In Preußen amtlich eingeführt, scheint es an vielen Orten wieder eingeschlafen zu sein. Allerdings sind die Übungen nur Schulübungen, die mit der Zeit sehr langweilig werden, um so mehr als vielfacher Wechsel in den Übungen wegen der guten Ausführung nicht angängig ist. Aber der Zwang dauert täglich nur 10 Minuten, und der Betrieb in großer Masse macht die Übung immer noch erträglicher als bei der Zimmergymnastik. In mehreren Fällen, wo das Pauseturnen wieder aufgegeben wurde, ist festgestellt worden, daß es wegen des geringen Interesses der Lehrer an der Sache, nicht wegen des Widerstandes der Schüler geschehen mußte. Der kärgliche Ersatz des Zehnminutenturnens durch ein „Zweiminutenturnen“ in der Klasse bei geöffneten Fenstern oder durch ein „Turnen an der Schulbank“ ist immer noch besser als gar nichts, erreicht aber keineswegs die deutlich wahrnehmbare Wirkung des vollen Pauseturnens. Das Zehnminutenturnen wird in die dritte oder vierte Pause gelegt, die auf 20 Minuten zu erweitern ist. Auf pünktliches Schließen der vorhergehenden Stunde und pünktliches Antreten muß geachtet werden. Jeder Schüler hat seinen bestimmten ausreichenden Platz, den er sofort einnimmt. Gute und angespannte Ausführung der Übungen ist nötig. Ausführliches über den Stoff geben Möller, Zehnminutenturnen (Leipzig, B. G. Teubner) und Edardt, Turnunterricht (Dresden, Hübner).

Dieses geregelte Pausenturnen wird besonders dort für zweckmäßig erachtet, wo die Masse der Schüler auf einem kleinen Schulhof Spiel und freies Austummeln nicht zuläßt. Aber auch dort, wo der Raum solches erlaubt, wird es oft aus überängstlicher Sorge vor einem Unfall unnötig eingeschränkt. Es gilt auch hier: Kinder müssen gewagt werden. Damit aber das Elternhaus bei einem Unfall neben der Sorge für die Heilung nicht auch Geldkosten hat, ist eine Schulversicherung rätlich, und zwar wegen des gesamten Schulbetriebs und nicht nur der Pause wegen. Eine solche Versicherung kostet durchschnittlich auf Jahr und Kopf 1 M.

2. Das Mädchen- und Frauenturnen.

Auch die Mädchen und Frauen sollen sich in gesunden Leibesübungen betätigen. Das ist schon von den Begründern des Turnens ausgesprochen worden. Aber es hat lange gedauert, bis für das weibliche Geschlecht ein geregeltes Schul- und Vereinsturnen entstand. Die Gründe für die Notwendigkeit des Frauenturnens sind zunächst allgemein menschliche. Haben nicht auch die Mädchen ein Menschenrecht auf Gesundheit? Weitere Gründe liegen im Mutterberuf der Frau. Schon die Alten haben erkannt: Starke werden von Starken geboren. Darum spielt — so seltsam es klingen mag — in der Frage der Wehrvorbereitung unserer männlichen Jugend die Körperübung des weiblichen Geschlechts eine große Rolle.

Da man für die Mädchen zunächst die gleichen Übungsbedürfnisse nachwies wie für die Knaben, waren im Anfang auch die Übungen gleich. Bei den älteren Mädchenturnlehrern finden sich Stabspringen, Schwingen am Reck und Knidstütz am Barren so gut wie im Knabenturnen. Dann hat aber das Frauenturnen die Entwicklung von der ursprünglichen Lebensform zur Schulform und von da zurück zur Lebensform für sich gesondert durchgemacht. Nur ist die letzte Entwicklung noch nicht überall abgeschlossen. Wir finden heute noch vielerorts im Mädchenturnen die Bevorzugung des Hüpfens und Tanzens, des Tändelnden und Zierlichen, wenn nicht gar Gezierten, das noch vor einem Jahrzehnt überall herrschte. Die Schlagworte von den „tanzenden Turnerinnen“, von dem „geschäftigen Nichtstun“ in der Turnstunde gelten hier und da auch heute noch. Darum müssen wir Entstehung und Begründung dieses Turnens näher betrachten, um die Irrtümer zu erkennen, die ein solches Turnen hervorgebracht haben.

Man fing an, von einem Unterschied zwischen Knaben- und Mädchenturnen zu reden. Jenny bemühte sich, die „Grenze“ zwischen beiden festzustellen, und Schettler wollte sogar eine „Barriere“ errichten. Dabei verlor man sich in eine Tiefsinnigkeit, die uns heute unverständlich ist. So sagt Klotz: „Die Gymnastik soll das Weib ohne Beeinträchtigung seiner Weiblichkeit zu objektiven Anschauungen erheben und seinem Vorstellungsleben durch eine bestimmte Betätigung einen Inhalt verschaffen.“

Man wollte wissen, daß ästhetische und sittliche Gründe gegen eine Vermännlichung des Weibes sprächen, und kam auf die Forderung Schettlers, das Turnen der Knaben solle an den Exerzierplatz, das der Mädchen an den Ballsaal erinnern. Heute meinen wir, daß die Frau im Falle der Gefahr die kräftige Lebensform ebenso braucht wie der Mann, und wir lächeln über die Sätze: Hieb und Schlag ist ihnen verboten, denn so wenig man den Mädchen Hiebe erteilen soll, ebensowenig sollen sie angeleitet werden, andern Hiebe zu erteilen (Jenny). Geschähe es dennoch, so würde das für die eheliche Zukunft der Mädchen kein günstiges Prognostikon ausstellen (Schettler).

Nein, das hilflose Menschenkind, das bei Feuer sich nicht zu retten versteht, das bei einer Wanderung keinen Stein übersteigen, keinen Bach überspringen kann, ist nichts für unsere rücksichtslose Zeit. Schon die Bezeichnung der Frauen als das „schwächere Geschlecht“, der „schwächeren Hälfte“ wird nicht mehr als richtig empfunden, selbst von den Frauen nicht. Und wenn sie schwächer wären, so müßte dieser Mangel durch Übung ausgeglichen werden. Man hat jetzt sogar das System der japanischen Raufkunst in dem Buche „Meine Selbstverteidigung“ für das weibliche Geschlecht zurecht gemacht.

Auch ein anatomischer Grund ist für die Verschiedenheit des Turnunterrichts nicht vorhanden. Bei allem sonstigen Unterschied zwischen Mann und Weib ist ein solcher des Bewegungsmechanismus nicht vorhanden. Der Sportbetrieb der Frauen hat die Leistungsfähigkeit des Weibes auf körperlichem Gebiete dargetan.

Gefünstelt ist die physiologische Begründung eines besonderen Mädchenturnens. Man sagte, das Mädchen sei für viele mäßige Muskelkontraktionen besonders geeignet, denn es habe raschere Innervation, aber geringere Muskelkontraktion als der Knabe. Damit wollte man die rhythmischen Übungen des Hüpfens und Tanzens be-

gründen. Offenbar hat das Mädchen für solche Übungen mehr Neigung als der Knabe. Man folgerte daraus, daß sie bei jenen mehr betriebsam werden müßten, und hatte damit gerade das Verkehrte gefunden. Für das, wofür von Anfang an Neigung vorhanden ist, braucht man weniger im Unterricht zu sorgen als für das, was vernachlässigt wird. Übrigens haben die Mädchen gar keine Abneigung gegen kräftigere Übungen. Man beobachtet die Kleinen, wenn sie für sich sind, an einem Reck, an der Teppichstange, am Straßengeländer. Sie machen ihren Wellaufschwung und ihren Selgabschwung gern und geschickt wie die Jungen. Ist erst die durch Erziehung künstlich angewöhnte Scheu überwunden, dann geben sie sich mit gleicher Begeisterung dem Lausspiel und dem Wurf hin. Lebensformen machen ihnen nicht weniger Freude als den Jungen. Häufig hört man den Grund, das Mädchen bedürfe wegen seiner künftigen Mutterchaft vor allem der Stärkung des Unterleibs und der Schenkel. Das ist richtig. Doch wird das durch Lauf, Sprung und Wurf ausgiebiger erreicht als durch tändelndes Hüpfen und durch schöne Ordnungsübungen mit künstlichen Reihungen, Verschlingungen, halbem Rad und Schwentstern. Nur bei sehr schwächlichen Mädchen müssen starke Erschütterungen des Unterleibs vermieden werden, und bei allen ist eine zeitweilige Turnbefreiung in der Pubertätszeit zu empfehlen.

Endlich die psychologischen Gründe. Man verteidigt die zierlichen Schrittweisen damit, daß „das weibliche Wesen sein Augenmerk gern auf Kleines und Einzelnes richtet“. Das Gefällige, Milde und Weiche müsse betont werden. Der „Hang der Mädchen zu Sentimentalität, Verschwommenheit und Energielosigkeit“ soll auf die genannten Übungen hinweisen. Die strenge Zucht der Frei- und Ordnungsübungen soll den „launen- und flatterhaften Sinn der Mädchen“ günstig beeinflussen. Es waren in der Tat gar nicht die aufgeführten wissenschaftlichen Gründe, die jenen Turnbetrieb der Mädchen hervorbrachten, sondern in der Hauptsache ein äußerlicher Umstand. Man täuschte sich selbst. Lion sagt einmal, man hätte ein ziemlich genaues Maß des Schädlichen, wenn man aus dem Mädchenturnen das wegläßt, was eine besondere Turnkleidung erfordert. Es war also eigentlich eine Toilettenfrage. Erst das schwedische Turnen und der Sport mußten die Turnlehrer darüber aufklären, daß man die Kleidung der Übung anpaßt und nicht umgekehrt. Heute findet die Forderung einer zweckentsprechenden Turnkleidung keine Gegner mehr. Diese

besteht aus geschlossener Hose, fußfreiem Rock aus gleichem Stoff, den man zu Beginn der Übungen ablegt, und leichter Bluse, Schwiizer oder Ruffenkittel. Diese Hose ist mit einem Leibchen versehen, so daß sie von den Achseln und nicht durch Zug in den Hüften gehalten wird. Daß man kein Korsett und sonst etwas Beengendes trägt, ist eine allgemein hygienische Forderung und nicht nur eine solche des Turnens, ebenso die, vom Stöckelschuh zu lassen, der das „Weib ohne Unterleib“ hervorbringt.

Serner war es „die Rücksicht auf das nicht immer vorurteilslose Publikum“, das jenes Mädchenturnen schuf. Streilich war das Ideal der weiblichen Erziehung in der Biedermeierzeit einer freieren Gestaltung des Turnens nicht günstig. Aber dieses Ideal ist heute überwunden, und so sollten wir auch die Art des Mädchenturnens jener Tage über Bord werfen.

Es ist kein Grund dafür vorhanden, daß der Turnstoff der verschiedenen Geschlechter wesentlich verschieden sein müßte, und wenn schon ein Männerturnen etwas anders aussehen wird als ein Frauenturnen, so ist doch beim jugendlichen Alter eine scharfe Unterscheidung nicht angebracht. Im Knaben und Mädchen schlummert der werdende Mensch. Der Turnunterricht für dieses Alter muß das allgemein Menschliche betonen. Es ist der ausgesprochene Fehler der Mädchenerziehung in vielen Familien, das Töchterlein vom ersten Rädchen an als kleine Dame zu behandeln. Der Turnunterricht soll diese Verfehrtheit nicht unterstützen durch scharfe Unterscheidung, durch eine Barriere zwischen Knaben- und Mädchenturnen.

Immerhin ist eine gewisse Verschiedenheit angängig. Sie ergibt sich einfach daraus, daß im Knabenturnen mancherlei getrieben werden muß, was nicht auf den werdenden Menschen, sondern auf den künftigen Soldaten berechnet ist. Dieser Stoff bleibt im Mädchenturnen weg, und dadurch entsteht Raum, mancherlei zu treiben, was man den Mädchen nicht vorenthalten möchte: Tanz- und Singspiele, Reigen, sog. ästhetisches Turnen und Übungen, denen man günstigen Einfluß auf die Organe der zukünftigen Mutterschaft zuschreibt. Vor allem erscheint die Forderung berechtigt, daß die Mädchen der einfachen Volksschule die üblichen Rundtänze in der Turnstunde erlernen möchten, da viele später keine gesonderte Tanzstunde haben können. Im allgemeinen liegt aber der Unterschied zwischen Mädchen- und Knabenturnen weniger im Stoff als im Betrieb und in der Methode.

So ist es z. B. eine Frage, ob der Wettkampf, der im Knabenturnen nicht zu entbehren ist, auch bei den Mädchen verwendet werden soll, wie das vielfach geschieht. Die Anregung, die im Wettkampf liegt, wirkt bei den Mädchen fast noch stärker als bei den Knaben, so daß großer Eifer und ein fast bedenklicher Ehrgeiz in ihnen geweckt werden. Soll dieses Mittel schon im Knabenturnen nur mit Maßen angewendet werden, so wird man zum mindesten eine große Einschränkung bei der Verwendung im Mädchenturnen empfehlen dürfen. Wettkampf erfordert oftmals die Anspannung der Kraft und Ausdauer bis zum höchsten Grade. Das gibt, häufig angewendet, den Ausdruck der Energie, der dem Manne wohl ansteht. Er macht die Züge hart. Nicht selten finden wir diesen Typus unter den Wandervogelmädchen, die häufig ihr Leibes an Kraft hergeben, um auszuhalten. Nun sind freilich die Ansichten über Frauenschönheit verschieden. Manchem ist das wettergehärtete, energische Weib lieber als die weichen verschwommenen Züge der Ballbame. Wir unsererseits meinen, daß wir nirgends bessere Vorbilder für vollendete Frauenentwicklung haben als in den griechischen Skulpturen, und da sehen wir immer das kräftige Weib mit milden, edlen Zügen. Diesem Weibe war der Wettkampf nichts Unbekanntes, die Griechen hatten auch Wettkämpfe der Mädchen, aber alles läßt darauf schließen, daß sie nur mit Maßen betrieben wurden und bei weitem nicht die Rolle spielten, wie im Turnen der Knaben und Jünglinge.

Besonders aufstachelnd wirkt der Wettkampf, wenn er in der Öffentlichkeit ausgetragen wird, und so gibt es viele, die den Wettkampf der Mädchen an sich gutheißen, aber nur innerhalb der geschlossenen Vereinigungen, nicht aber bei öffentlichen Turn-, Spiel- oder Volksfesten, weil dadurch das Mädchen die liebevolle Hingabe an all die tausend Kleinigkeiten ihres künftigen Gattinnen- und Mutterberufes verlieren müsse. Aber das sind Fragen der Frauenemanzipation überhaupt und nicht besondere des Turnens.

Mit dem Eintritt in die Ehe hört bei den meisten Frauen das Turnen und die sonstige regelmäßige Leibesübung auf. Aber auch den Frauen, und selbst solchen in höherem Lebensalter, sind Turnen und Leibesübungen wohl anzuraten. Bei aller Arbeit in Haushalt und Kinderstube, am Nähtisch und Waschfaß brauchte es die dicken Frauen mit dem watschelnden Gang, Frauen, die keine Stunde straffen Wanderschrittes aushalten und jede Steigung und Unebenheit des Weges

fürchten, nicht zu geben. Jede Berufsarbeit ist einseitig, auch die der Frauen. Das Turnen bezweckt Ausgleich dieser Einseitigkeiten.

Viele Frauen werden nur eine Abendstunde ihrer körperlichen Erholung widmen können. Diese Stunde werden sie am wirksamsten in der Frauenriege zubringen. Hier darf allerdings an den Sommerabenden der Betrieb des Spiels und der volkstümlichen Übungen nicht versäumt werden. Wer am Nachmittag sich frei machen kann, würde besser tun, statt der Handarbeit und dem Geplauder im Kaffeetränzchen einen Sport zu treiben: Wandern, Radfahren, Tennis, Eislauf; am besten nicht eins allein, sondern alle im Wechsel der Jahreszeiten. Im Winter sollte Turnen und Tanzen hinzutreten.

Jedenfalls bleibt auch der vielbeschäftigten Mutter der Sonntag, und sie muß dafür sorgen, daß dieser Tag der Erholung vorbehalten bleibt. Er wird wandernd verbracht, und die Mutter darf sich nicht scheuen, mit ihren heranwachsenden Kindern auch einmal ein Lausspiel zu machen, mit ihnen um die Wette zu springen und zu werfen. Aber unsere Volksitten sind weit entfernt von solcher Verwendung des Sonntags. Ein Bummel im Park, um die neuen Kleider und die Wohlhabenheit der Familie sehen zu lassen, Kaffeetrinken in der nächsten Wirtschaft und Bierkonzert am Abend sind leider die Regel.

Damenturnen wird in selbständigen Vereinen und noch mehr in den Frauenabteilungen der Turnvereine getrieben. Dort ist im allgemeinen die Einrichtung und die Einteilung des Turnens die gleiche wie in den Männerabteilungen, nur fehlen die Altersriegen, weil die Damen niemals alt werden, wenngleich die Jahrbücher der Turnkunst schon turnende und noch turntüchtige Großmütter im Bilde gebracht haben. Den Stoff für das Frauenturnen bietet Neuendorff, Handbuch für Frauenübungen (Leipzig, B. G. Teubner).

3. Ästhetisches Turnen.

Gestalt und Bewegungen eines Menschen können ungeschlachtet, plump und eckig, die eines anderen frei, leicht und elastisch wirken. Diese Erscheinung kann durch Turnübungen beeinflusst werden. Ein plumper Mensch, der sich ausschließlich auf Kraftübungen verlegt, wird noch ungeschlachter, hingegen ist einem schwächlichen die Entwidlung der Muskulatur durch Kraftübungen zum Vorteil. Das Turnen hat also alle Ursache, sich mit der Sache zu beschäftigen. Dazu

kommt, daß sich mit bloßer Kraft so leicht die Verbtheit verbindet. Die Kenntniss des ästhetischen Turnens kann dem vorbeugen.

Für die ästhetische Gymnastik haben wir unbestrittene Vorbilder in den altgriechischen Statuen. Sie sollen uns als Muster dienen, sowohl bez. der Körperform als auch der Körperbewegung. Beide sollen durch Turnen verschönt werden.

Diese Forderung haben schon die älteren Turnlehrer erkannt, und sie haben daraus Schlüsse gezogen, die wir teilweise noch heute beachten müssen, teilweise aber zum alten Eisen werfen können. So forderten sie, man solle Ordnungsübungen mit ihren schönen Linien, Reihungen, Verschlingungen, mit ihrer Kunst der Raumabmessungen, ihren symmetrischen Verschiebungen bevorzugen. Es war also weder die Körperform noch die Körperbewegung an sich, die erfreuen sollte, sondern die durch Menschenkörper dargestellten Linien und Bilder, das Bühnenbild in der Turnhalle. Wir wissen heute, daß das nicht unsere Aufgabe sein kann. — Jene Alten erkannten weiterhin mit Goethe:

Nur aus vollendeter Kraft blühet die Anmut hervor.

Damit hatten sie recht. Die Schönheit der Bewegung beruht auf der richtigen Koordination, dem richtigen Zusammenspiel der Muskeln, bei dem Bewegungszweck, Bewegungsform und Kraftaufwand einander entsprechen. Darum wird eine Bewegung, für die unsere Kraft nur knapp ausreicht, niemals schön wirken. Ein Überschuß ist nötig, den wir weise verteilen können. — Sie stellten das Gesetz der gleichmäßigen Ausbildung beider Körperseiten auf, das wir auch heute noch beachten, soweit es sich nicht um Ausbildung gewisser Fertigkeiten, z. B. der des Zielwurfs handelt. Endlich übertrugen sie das Gesetz der ästhetischen Mitte auf das Turnen. Keine mangelhafte Entwicklung, aber auch kein Übermaß! Der farnesische Herkules mit seinen Muskelwülsten und seiner Fleischmasse wurde damals und wird auch heute nicht als schön empfunden. Nach jenem Gesetz forderte man auch, daß die Anstrengung Maß halten und Erschöpfung vermeiden müsse. Wir kommen zu demselben Ergebnis, jedoch mehr aus hygienischen Gründen. Auf amerikanischen Sportplätzen sind die Gesichter der Wettläufer bei der letzten stärksten Anstrengung des Endlaufs photographiert worden. Wir sehen dabei scheußliche Gesichtsverzerrungen, und dennoch liegt für uns in der gewaltigen Aufbietung aller Kräfte etwas Schönes. Wir betrachten nicht den einzelnen Teil,

sondern das ganze Bild des Laufes. Auch darf man das Ästhetische nicht mit dem Gewöhnlichen verwechseln. Häufig rechtfertigt man mit ästhetischen Gründen die Ablehnung des Schottischen Hochsprungs mit schrägem Anlauf (S. 106). Man täuscht sich dabei und hält das Gewöhnliche für das Ästhetische.

Im allgemeinen sind die ästhetischen Anschauungen und Erkenntnisse nicht genug unter die Turner gedrungen. Sie unterscheiden sich in Gang und Haltung nicht sonderlich von ihren nichtturnenden Mitmenschen, und das sollte doch der Fall sein. Die umgekehrte Behauptung, daß man den Turner sofort an seiner schlechten Haltung erkenne, ist die übertriebene Anschauung derjenigen, die sich den lieben langen Tag mit ihrer werthen Person beschäftigen können. Daß das Turnen verschönernd wirkt, kann man am nackten Körper beobachten. Man muß die Turner im Bade sehen, da kann man seine Freude an ihnen haben.

Schönen Körperbau und schöne Bewegung wollen die Systeme der sog. ästhetischen Gymnastik hervorbringen, die von Duncan, Mensendieck, Kallmeyer geschaffen worden sind. Man lese in den entsprechenden Büchern darüber nach. Vor allem ist aber Raczwill, Schönheit und Gymnastik (Leipzig, B. G. Teubner), zu empfehlen. Ein wunderliches Erzeugnis war die rhythmische Gymnastik von Jacques Dalcroze, ein Mittel Ding zwischen gymnastischer Bewegung und Musik. Sie wurde als musikalische Erziehung von den Musikern und als Gymnastik von den Turnlehrern abgelehnt und ist ein typisches Beispiel dafür, wie leicht der Deutsche auf ausländischen Humbug hereinfällt und wie grober Undank sein Lohn dafür wird.

4. Orthopädisches Turnen.

Die Bewegungen des Turnens sind für den normal gebauten Körper berechnet. Bei Verbiegung und Verkrüppelung können manche Übungen sogar schaden, weil sie nach der Richtung der Mißbildung hinarbeiten. Neben richtiger Ernährung und Lebensweise sind es aber doch entsprechende Bewegungen und Übungen, die die Heilung oder wenigstens eine Besserung bringen. Diese besonders ausgewählten Übungen müssen viel eindringlicher und ausgiebiger betrieben werden als die des gewöhnlichen Turnens. Es sind fast durchgängig Schulformen, die wir hier besser Heilformen nennen. Sie können nur beim einzelnen angewendet werden und müssen nach seinem indivi-

duellen Bedürfnis, also nach der Art seiner Mißbildung ausgewählt sein. Es ist im allgemeinen Einzelunterricht, wenn auch mehrere nebeneinander üben, wobei jeder mit seiner besonderen Übung beschäftigt wird. Vielfach ist es sog. passives Turnen, sei es ein bloßes Liegen auf dem Stredbrett, sei es, daß die Glieder, die dem Willen nicht gehorchen, durch Apparate bewegt werden und so allmählich ihre Beweglichkeit wieder erlangen.

Wie Vorbeugen immer besser und erfolgreicher ist als der Kampf gegen das ausgebildete Übel, so ist es auch hier zweckmäßiger, die Neigung zur Verkrümmung, die Mißbildung in ihren Anfängen zu behandeln. Dazu genügen gelindere Formen als beim orthopädischen Turnen. Dabei kann eher noch die gemeinsame Übung verwendet werden. Damit haben wir das heilgymnastische Turnen, das aus der schwedischen Gymnastik hervorgegangen ist und daher häufig die Bezeichnung „Schwedische Heilgymnastik“ führt.

Manchenorts hat man die Kinder, die zur Mißbildung neigen, vom Schulturnen ausgeondert und erteilt ihnen schulorthopädisches Turnen, das sich mehr als heilgymnastisches darstellt. Es wird von Lehrern und Lehrerinnen geleitet, die in besonderen Kursen ausgebildet sind. Wie nötig diese vorbeugende Fürsorge ist, erkennt man aus dem Umstand, daß sich unter der Schuljugend durchschnittlich 30 % Rückenschwache befinden. In manchen Gegenden steigt die Zahl auf 80 %, so daß wir von einem Massenleiden reden können. Die häufigsten Fehler sind schwacher, runder und flacher Rücken und Plattfuß. Bei der Rückgratsverkrümmung unterscheidet man drei Grade: 1. sie zeigt sich nur bei Ermüdung; 2. sie zeigt sich auch bei straffer Haltung, verschwindet jedoch, wenn der Arzt den Körper gerade richtet; 3. sie verschwindet auch dann nicht, weil sie bereits versteift ist. Der letzte Grad gehört der eigentlichen orthopädischen Behandlung an, der erste dem schulorthopädischen Turnen, der zweite bald jenem, bald diesem. Von Wichtigkeit ist, daß die Krümmung beizeiten erkannt und behandelt wird. Dabei kann der Lehrer wichtige Dienste leisten, weil er die Kinder häufiger beobachten kann als der Schul- oder Hausarzt. Zwar sind 90 % der Rückentrümmung gutartig. Sie gleichen sich wieder aus oder führen doch nicht zu einer dauernden Formentstellung. Aber die 10 % der bösartigen Rückgratsverkrümmung sind im Anfang nicht von jener zu unterscheiden. Eltern und Lehrer mögen bei den Kindern auf die Gleichheit der Hüftdreiecke, auf die gleiche Höhe der

Schultern, auf Schiefhaltung des Kopfes achten. X-Beine sind oft das Zeichen beginnenden Plattfußes. Für das schulorthopädische Turnen werden die Kinder vom Schularzt ausgewählt. Das Hauptmittel sind Kriechübungen. Weiteren Stoff gibt: Schmidt u. Schroeder, Orthopädisches Schulturnen (Leipzig, B. G. Teubner).

5. Die Zimmergymnastik.

Wer die Zimmergymnastik beginnt, spürt deutliche und erfreuliche Wirkung. Diese ist aber nicht dauernd, einerseits weil die Muskulatur an die Bewegung gewöhnt wird und eine rechte Steigerung der Anstrengung fehlt, anderseits weil meist mit dem schwindenden Reiz der Neuheit auch die Regelmäßigkeit des Betriebs nachläßt. Ohne Gesellschaft durchgeführt, wird die Zimmergymnastik unerträglich langweilig, weil sie nur aus Schulformen besteht. So gibt man sie endlich ganz auf. Nur wenige halten durch, und dann geschieht das nicht ohne Nutzen. Oft meint man aber auch, die Wirkung möglichst steigern zu müssen, und mutet sich zuviel zu. Durch die tägliche Wiederholung kann leicht Überanstrengung des Herzens oder andere Schädigung der inneren Organe eintreten, so daß die Zimmergymnastik mit großer Vorsicht betrieben werden muß.

Den Stoff bilden Freiübungen, Stabübungen; besonders beliebt sind Hantelübungen. Auch die Schaukelringe und das zwischen den Türpfosten angebrachte Reck werden verwendet. In verschiedenster Form werden Gummistränge oder Federn, die auseinandergezogen werden, oder Gewichte, die sich über Rollen bewegen, als Apparate verwendet. Der Arm- und Bruststärker von Lergiadèr ist wohl der bekannteste. Von den Anweisungen für Hausgymnastik haben die von Klotz (Hantelbüchlein), Schreiber, die weit über 20 Auflagen erlebte, Angerstein und Edler, die weiteste Verbreitung gefunden.

Auch hat man versucht, Lebensformen für die Zimmergymnastik zurecht zu machen, indem man Ruder-, Reit-, Radfahrapparate ersann, die meist sehr kostspielig sind. Doch sind Übungen, nicht in der Wirklichkeit, sondern am Apparat betrieben, nichts weniger als Lebensformen und wirken auf die Dauer ebenso langweilig wie die übrige Zimmergymnastik.

Endlich suchte man möglichste Allseitigkeit bei kürzestem Zeitverbrauch herbeizuführen. Muster war wohl das englische: „Zehn Minuten täglicher Leibesübung für beschäftigte Leute“. Den größten

Erfolg hatte mit dieser Art J. P. Müller, Mein System, das in der That an sich ganz vorzüglich ist und die allgemeine Beachtung verdiente, die es fand. Es verbindet die Leibesübung mit dem täglichen Bad oder der Abreibung. Aber es erstarb wie die früheren Systeme an der Schulform. Nicht der Zeitmangel ist die Ursache, warum die Zimmergymnastik bei fast allen so bald wieder einschläft, sondern die Unlust. Man täuscht sich gern selbst mit einer guten Ausrede.

Als Ersatz der nötigen Leibesübungen sind auch Gartenarbeit und Holzhacken empfohlen worden. Erstere bietet auch geistige Anregung, letztere wird nur wenige befriedigen. Immerhin ist es eine Lebensform. Man sieht dabei, was man vor sich bringt.

Als geeignete Zeit für die Vornahme von Leibesübungen wird die vor der Mahlzeit empfohlen.

6. Das Vereinsturnen.

Turnen, vom einzelnen für sich betrieben, bleibt eine Arbeit, eine harte, langweilige Arbeit. Mit anderen zusammen wird es zur Lust und bietet neben körperlicher auch geistige Erholung, besonders wenn unter der Turngemeinde sich ein vertrauterer oder gar ein Freundschaftsverhältnis entwickelt. Die Scheu, seine körperliche Unbeholfenheit sehen zu lassen, sich lächerlich zu machen, ist bald überwunden. Man erkennt seine Mängel und Vorzüge und die der anderen erst in Gemeinschaft. Dabei gibt es manche Erlustigung, ein Scherzwort heitert auf und läßt die Sorgen des Tages und Berufs vergessen. Die Geschicklichkeit des einen regt an, es nachzumachen, die Ungeschicklichkeit des andern, es besser zu versuchen. Darum ist die Turngemeinschaft für alle Lebensalter, nicht nur für die jüngeren, zu empfehlen.

Alt und jung, reich und arm, vornehm und gering sollten nach Jahns Absicht die Turngemeinde bilden. Die Durchführung seines Planes würde für unser Volksleben von bester Wirkung sein. Aber soziale Verhältnisse, Beruf, Zeit und Gelegenheit stehen dem entgegen. So haben sich Vereine, Riegen und Klubs nach gesonderten Ständen (Juristenriegen, Kaufmannsabteilungen, Akademikerriegen, Lehrerturnvereine usw.) und Lebensaltern (Altherrnriege) oder besonderen Zwecken (Rekrutenriege) entwickelt. Mit Bedauern bemerkt man, daß sich die höheren Stände vom Turnvereinswesen zurückhalten. Bildung und Besitz neigen, sehr zum Schaden für unser Volkstum, zum „exklusiven Sport“.

Die Leitung des Vereins setzt sich zusammen aus Vorstand und Dorturnerschaft. Jener hat die Vertretung nach außen und die wirtschaftlichen Angelegenheiten in Händen, diese den Turnbetrieb. Beide fassen manchmal ihre Aufgabe zu eng. Sie bemühen sich nur um das Turnen im engeren Sinne. Aber nach Jahn soll das Turnen nicht nur eine bestimmte Leibesübung sein, sondern Erziehung und Lebenserneuerung. Das wird vergessen. Was der Turner sonst treibt, was er ißt und trinkt, und wie er lebt, das hängt nach ihrer Meinung nicht mit dem Turnen zusammen. Und doch hat sich Jahn sehr wohl darum gekümmert. Einfachheit war seine Vorschrift. Auf den Turnfahrten gab es meist nur trocken Brot und Wasser. Neuendorff hat aus dem Schützengraben heraus an diese Aufgabe erinnert und die Turner auf die vorbildliche Arbeit des Wandervogels hingewiesen. Der Dorturner soll eine tüchtige Turnfertigkeit aufweisen. Meist wird er in besonderen Kursen herangebildet, in denen er Stoff und Methode kennen lernt. Er soll seine Riege auch geistig anzuregen verstehen und als Mensch und Charakter seinen Leuten Achtung abnötigen. Was von solchen Dorturnern in Deutschland an freiwilliger Ehrenarbeit geleistet wird, von vielen durch ein Lebensalter hindurch, ist gewaltig, und was sie dadurch für Bildung und Lebensführung des Volkes tun, ist ein unschätzbare vaterländischer Dienst.

Der Turnabend besteht gewöhnlich aus gemeinsamem Freisübungsturnen und Riegenturnen an zwei Geräten. Kürturnen, meist der beliebteste Teil, geht voraus oder folgt nach.

Die Methode ist in vielen Turnvereinen noch wenig ausgebaut. Dorturnen und Nachmachen sind ihre einzigen Mittel. Die reiche Turnliteratur, aus der manche Anregung und mancher Wink zu holen wäre, wird von vielen Dorturnern ganz übersehen. Die „Turner von der Feder“ sind zum Nachteil für die Turnsache im allgemeinen nicht sehr angesehen, nur die „Turner vom Leder“ gelten. Die Turnzeitung sollte fleißiger gelesen werden.

Die Riegen sind nach der körperlichen Leistungsfähigkeit, nach der Turnfertigkeit ihrer Mitglieder zusammengesetzt. Gewöhnlich besteht ein fester Geräteplan, nach dem die Riegen reihum arbeiten. Ein guter Zusammenhalt der Riege entsteht am ersten dann, wenn sie sich auch gesellig vereinigt. Freilich besteht diese „Gesellige“ häufig nur in der dem Turnen folgenden Kneipe, manchmal auch nur in Kartenspiel. Die regelmäßige Turnerkneipe hat heftige Angriffe auf den Alkohol-

genuß der Turner hervorgerufen. Man hat ihnen den nahezu abstinerten Turnvater Jahn als Muster und Beispiel vorgehalten.

Bei Geselligkeit und Wanderung findet das Lied seine Pflege. Dadurch haben sich die Turner manches Verdienst erworben. Ihnen war die Verbreitung des Arndtschen „Was ist des Deutschen Vaterland“, das sich Jahn zum Lieblingslied erkoren hatte, zu danken. Durch sie blieben Lieder erhalten, die jetzt viel gesungen werden, z. B. „O Deutschland hoch in Ehren“. Was man singt, sind Volks-, Wander-, Rhein-, Soldaten- und Liebeslieder. Von eigentlichen Turnerliedern, die das Lob des Turnens künden, ist wenig zu allgemeinerer Geltung gelangt. Die Einrichtung von besonderen Sängerabteilungen ist den wenigsten Vereinen wirklich zum Vorteil geworden. Die allgemeine Bevorzugung des Quartettgesangs hat die Sangeslust und die natürliche Sangesbegabung in Deutschland gemindert. Der einfache Volksgefang zur Zupfgeige, der sich so rasch bei den Wanderern eingeführt hat, wäre auch für die Riegegesellige das Richtige.

Größere Vereine haben den Vorteil, daß sie ihren Mitgliedern neben anderen Einrichtungen ein Klubheim im eigenen Vereins- hause bieten können.

Da finden sich am Sonntag abend nach den Schauturnen und zu Vereinsfestlichkeiten die Turner mit ihren Angehörigen in engbefreundeter Vereinigung ein. Je mehr die Angehörigen zum Schauen und zur Beteiligung herbeigezogen werden können, desto besser. Es regt die Turner an, schafft Vereinsnachwuchs und unterbindet den Nachteil, den alles Vereinswesen neben seinen Vorteilen hat, daß der Vater oder der junge Mann durch die Vereinsunternehmung am Sonntage der Familie entzogen wird. In dieser Beziehung wirken die Freiturnplätze draußen am Walde, wie sie allerdings erst wenige große Vereine ihr eigen nennen, vortrefflich. Hier gedeihen Spiele und volkstümliche Übungen besser, und die Familien haben vergnügten und gesunden Sonntagsaufenthalt. Die Kosten für eigene Halle und Vereinshaus können dadurch gemindert werden, daß man darin öffentliche Festsäle dadurch einrichtet, daß die Geräte beseitigt oder in den Boden versenkt werden.

Die Vereine müssen sich bemühen, ihren Mitgliedern, besonders den Alleinstehenden, möglichst viel zu bieten. In dieser Beziehung können die amerikanischen Turnvereine Vorbild sein. Sie haben nicht nur Spiel-, Lese-, Rauchzimmer bei der Turnhalle, sondern haben

auch vielfach sog. „geistiges Turnen“ eingeführt: Zirkel, in denen Aufsätze geschrieben werden, solche für Vortrags- und Redefertigkeit usw. In großen Vereinen könnte die Einrichtung von Stenographie, Sprachunterricht u. ä. für die Fortbildung der jungen Leute unschwer erfolgen. Unbedingt gehörte dahin alljährlich im Winter ein Vortragszyklus über Turnen, Leibesübung und Leibespflege. Viele Vereine haben allwöchentlich ihre Schwimmstunde, haben Fechter- und Spielabteilungen. Der Verein und die einzelnen Riegen halten alljährlich mehrere Turnfahrten oder man hat gesonderte Wanderabteilungen, vereinzelt sogar Sektionen des Deutschen und Österreichischen Alpenvereins. Es gibt Turnvereine, die eigene Schwimmbäder eingerichtet haben, ebenso Abteilungen für Rudern, Radfahren und Schneeschuhlaufen. Daraus ist deutlich zu erkennen, daß sich der Jahn'sche Grundsatz von der Allseitigkeit der Leibesübungen im Turnvereinswesen erhalten hat. Aber es stehen noch lange nicht alle Vereine, und am wenigsten die kleineren, auf dem Standpunkt: Alles was Leibesübung heißt, wird im Wechsel der Jahreszeiten getrieben. Auch viele Turner neigen zum Spezialistentum. Was man treibt, will man zur höchsten Vollendung, zum Rekord, führen. Dann muß man nur diesem, und nur diesem einen, obliegen. Das ist aber der Standpunkt des Sports. Demgegenüber müßte der Turnverein die mittlere Linie in allen Leibesübungen halten.

Der Einfluß des Turnens auf das Volkstum kennzeichnet sich in der Entwicklung des Turnvereinswesens. Es war ein fröhliches Wachsen und Gedeihen. Schon 38 Jahre nach Eröffnung des Turnplatzes in der Hasenheide konnte Friedrich Ludwig Jahn gelegentlich der Hundertjahrfeier des Gymnasiums zu Salzwedel stolz und freudig ausrufen: „Das Turnen, aus kleiner Quelle entsprungen, wallt jetzt als freudiger Strom durch Deutschlands Gauen.“

Nunmehr sind über 100 Jahre hingegangen. Der Strom der Turnerei ist weiter gewachsen und bespült das kleinste Dörflein droben am südlichen Alpenrand wie die stolzen großen Städte der nordischen Ebene. So ist das prophetische Wort, das der Alte im Barte seiner Rede in Salzwedel zufügte, der Erfüllung ein gut Stück näher gekommen: „Es wird künftig ein verbindender See werden, ein gewaltiges Meer, das schirmend die heilige Grenzmark des Vaterlandes umwoge!“

Die größte Vereinigung von Turnern ist die Deutsche Turnerschaft.

Daneben bestehen der Arbeiter-Turnerbund, der 1912 170 000 Mitglieder zählte, und Vereinigungen Jüdischer Turner. Selbst die Taubstummen haben einen Turnverband. Er zählt 19 Vereine mit 618 Mitgliedern. 7 dieser Vereine haben Abteilungen taubstummer Turnerinnen. Weitere Auskunft geben die Jahrbücher der Turnkunst (Leipzig, Stoll), die seit 1907 erschienen sind.

7. Die Deutsche Turnerschaft

stellt mit einer Mitgliederzahl von mehr als einer Million wohl die größte freie Vereinigung für Leibesübungen überhaupt dar. Sie zeigte im Gegensatz zum Radfahrerbund, Fußballbund und anderen neuen Vereinigungen, die lawinenhaft anwuchsen, eine langsame Entwicklung. Diese erzeugte aber feste, gesicherte Grundlagen und läßt deshalb Dauer und Weiterverbreitung hoffen. Schon zu Jahns Zeiten entstanden die ersten Turnvereine. Die Hamburger Turnerschaft von 1816, die jetzt auf ein 100jähriges Vereinsleben zurückblickt, ist wohl die älteste Körperschaft, die sich aus jenen Tagen erhalten hat. Drei Gründe hemmten Entwicklung und Zusammenschluß der deutschen Turnvereine: die Turnsperrre, Landesgesetze, welche Vereinigungen nicht zuließen, und politischer Zwiespalt. Das letzte war von größtem Einfluß, weil die Führer der Turner fast immer auch die politischen Führer waren. Turnzeitungen, Versammlungen und Feste schlangen allmählich ein festes Band um die Turner. Nach der Turnsperrre entwickelten sich nach und nach 300 Vereine. Die ersten Zusammenschlüsse in einem „Allgemeinen Deutschen Turnerbund“ und einem „Demokratischen Turnerbund“ fanden statt. Die Beteiligung der Turner an der revolutionären Bewegung 1849 ließ bis 1860 die Zahl der Vereine auf 100 herabsinken. Da erschien der „Ruf zur Sammlung“ von Georgi aus Eßlingen und Kallenberg aus Stuttgart. Ed. Angerstein aus Berlin und Goeß aus Leipzig schlossen sich an und 1000 Turner fanden sich 1860 zum „1. Deutschen Turn- und Jugendfest in Koburg“ zusammen, wo der freisinnige Herzog Ernst dem nationalen Gedanken und der Turnerei eine Freistätte bot.

Wie dieses Turnfest, so wurden die weiteren die Marksteine in der Geschichte der deutschen Turnerschaft: 50 Jahre nach Eröffnung des Turnplatzes in der Hasenheide kamen 1861 gegen 3000 Turner in Berlin zusammen. Eine gewaltige Entwicklung zeigt das 3. Turnfest in Leipzig, 50 Jahre nach dem Befreiungskriege 1863 abgehalten,

zu dem bereits 20000 Turner herbeiströmten. v. Treitschke hielt die Erinnerungsrede an die Leipziger Schlacht, derselbe, der in seiner Geschichte des 19. Jahrhunderts den Turnvater und seine Bestrebungen so ungerecht herabgesetzt hat. Es folgten 4. Bonn 1872 mit nur 4500 Turnern, 5. Frankfurt a. M. 1880: 10000, 6. Dresden 1885: 19000, 7. München 1889: 20000, 8. Breslau 1894: 12000, 9. Hamburg 1898: 27000, 10. Nürnberg 1903: 29000, 11. Frankfurt a. M. 1908: 55000, 12. Leipzig 1913: etwa 70000 Turnern.

Neben den Festen gingen die Sitzungen der gewählten Ausschüsse einher. Sie bildeten sich in Turntage um, deren Beschlüsse von größter Tragweite wurden, so vor allem der, daß jede politische Parteistellung den Turnvereinen fernbleiben muß. Sie schufen Georg Hirths Statistisches Jahrbuch der deutschen Turnvereine, das die Grundlage für die Kreiseinteilung bot. Es erschien in Zwischenräumen weiter, bis 1876 die jährliche statistische Erhebung eingeführt wurde. Auf dem Turntage zu Weimar 1868 wurde die „Deutsche Turnerschaft“ gegründet und das in einer Nacht entworfene „Grundgesetz“ angenommen, dem die Turnerschaft ihren festgefügtten Bau und ihre weitere Entwicklung verdankt. Georgi wurde zum Vorsitzenden, Goetz zum Geschäftsführer gewählt. Auf dem Turntage in Berlin kam die „Deutsche Turnfest- und Wettturnordnung“ zustande, die mehrfach ergänzt wurde. Allmählich wurden die übrigen Einrichtungen geschaffen. Aus älterer Zeit und frei entsprossen sind der Wahlspruch der Turner: „Frisch, fromm, froh, frei!“ der Turnergruß: „Gut heil!“, wohl der erste der vielen jetzt üblichen Heilrufe, und das Turnerzeichen, das vierfache F oder Turnerkreuz, entworfen von Heinrich Felsing.

Was die deutsche Turnerschaft anfaßt, kann sie ins Große betreiben. Am Himmelfahrtstage, dem Wandertage mehrerer Kreise, sind Hunderttausende unterwegs. Zur Pflege des Spiels sind Kreis- und Gau=spielwarte gewählt, Gau- und Kreismeisterschaften werden ausgetragen. Von dem großen Eilbotenlauf ist S. 100 berichtet.

Die Entwicklung ergibt zahlenmäßig folgendes Bild:

1862: 1284	Vereine in	1153	Orten:	134000	Mitglieder
1869: 1546	=	= 1153	=	128500	=

Der Krieg 1870/71 ruft 15000 Turner zu den Fahnen, davon fielen 608 im Felde, 185 starben an Krankheiten. 589 wurden mit dem Eisernen Kreuz ausgezeichnet. 1010 waren als Krankenpfleger tätig.

1890:	3992	Vereine	in	3340	Orten:	388500	Mitglieder
1910:	9101	"	"	7621	"	946115	"
1914:	11491	"	"	9671	"	1413558	"
1916:	11789	"	"	9821	"	980790	"

Serner 52628 Frauen und Mädchen, 133731 Jugendturner unter 17 Jahr, 89081 zwischen 17 und 20 Jahr und 583 Vereine, die Turnen für Knaben und Mädchen unter 14 Jahr auch im Kriege fortgesetzt haben.

Von den Mitgliedern sind bis jetzt 800 000 beim Kriegsheer eingetroffen. Davon sind 1915 schon 50 000 gefallen. 1000 sind mit dem Eisernen Kreuz I. Klasse ausgezeichnet.

Die deutsche Turnerschaft teilt sich in 14 Kreise, die wiederum in 311 Gauen und teilweise in Bezirke zerfallen. Sie alle haben ihren Turnrat mit dem Vertreter und dem Turnwart an der Spitze. Der größte Kreis ist Sachsen mit (1914) 166800 Mitgliedern in 1250 Vereinen. 8 Städte in Deutschland haben mehr als 5000 Turnvereinsmitglieder, Leipzig mit 16000 die meisten. 26 Vereine haben mehr als 1000 Mitglieder, davon 3 mehr als 2000, der Männerturnverein München ist mit 3563 der größte. Die Gesamtvereinigung wird geleitet vom Ausschuss der deutschen Turnerschaft, dessen Vorsitzender jetzt Sanitätsrat Dr. Toeplitz, dessen Geschäftsführer Stadtschulrat Prof. Dr. Rühl-Stettin ist. Der Ausschuss legt seine Vorschläge dem aus allen Kreisen gewählten Turntage vor. Die rein turnerischen Maßnahmen liegen in der Hand des „Unterausschusses für Turnen“.

Von besonderen Einrichtungen sind zu nennen: Etwa 100 Zeitungen, von denen die Deutsche Turnzeitung das amtliche Organ der deutschen Turnerschaft ist (Leipzig, Eberhard). — Die Kasse, die 1913 mit 115000 M. Einnahmen und 107000 M. Ausgaben abschloß. — Die Jahnstiftung für Turnlehrer und deren Hinterlassene, die rund 10000 M. beträgt. — Die Bücherei der deutschen Turnerschaft, die das gesamte Turnwesen in größter Vollständigkeit, rund 8000 Werke in 12000 Bänden, umfaßt. Entleihung erfolgt unentgeltlich durch Anschrift nach Leipzig-Lindenau, Lützenstr. 11. — Die Goëtzstiftung zur Errichtung deutscher Turnstätten unterstützt bedürftige Vereine beim Bau von Turnhallen. Sie verfügte 1915 über 13000 M. für Unterstüzungen. Ein ähnlicher Betrag ist alljährlich vorhanden. — Das Jahnmuseum, das in Greysburg an der Unstrut errichtet ist, woselbst sich auch Jahns Wohn- und Sterbehaus, zunächst noch in Privathänden und leider zu Gasthauszwecken verwendet, befindet.

8. Das Turnen im Ausland.

Nach dem Vorgehen Deutschlands wurde von den meisten Kulturvölkern Schulturnen eingeführt, vielfach allerdings noch nicht verbindlich. Meist wurde das Jahn-Spießsche System angenommen, später aber vielfach mit Teilen der schwedischen Heilgymnastik durchsetzt. So hat jetzt Japan, Italien, Belgien ein gemischtes System, auch in Dänemark, das sehr zeitig die Gymnastik einführte — hatte doch GutsMuths das erste deutsche Turnbuch dem dänischen Kronprinzen zugeeignet — ist die schwedische Gymnastik herbeigezogen worden. In England hat sich neben dem herrschenden Sport das deutsche Turnen verbreitet.

Auch dem Militärturnen des Auslands diente das in Deutschland eingeführte vielfach zum Muster. Das war bekanntlich das schwedische System.

Wo unter der Bevölkerung des Auslands Turnvereine Erwachsener entstanden, geschah es nach dem Vorbild der deutschen Turnerschaft, doch entwickelten sie sich nach der Eigenart des betreffenden Volkes selbständig. Erst spät, nämlich 1872, erfolgte vermutlich als Nachwirkung des Krieges die Gründung von Turnvereinen in Frankreich. Beachtlich sind die slawischen Vereinigungen des Sokol, der ungarische, belgische, dänische, englische, norwegische, schwedische, rumänische, italienische und niederländische Turnerbund. Immerhin hatte 1912 der französische nur 350 000 Mitglieder, der italienische 25 000.

Unter den Deutschen im Ausland blühten zahlreiche deutsche Turnvereine empor. Deutsches Lied und deutsches Turnen vor allem hielten das Gefühl für das Deutschtum und die Verbindung mit dem Mutterlande wach. So entwickelte sich der achtungsgebietende Nordamerikanische Turnerbund. Er zählte 1910 rund 40 000 Mitglieder in 232 Vereinen. Auch in Manchester, London, Liverpool, Sheffield, Odessa, Petersburg, Moskau, Riga, Dorpat, Reval, Charkow, Astrachan, Pretoria, Kairo, Winnipeg, Antwerpen, Brüssel, Melbourne, Sidney, Ballarat, Brisbane, Adelaide, Kapstadt, Paris bestanden deutsche Turnvereine, in Lodz allein 4 und in dessen Umgebung 8.

Eine besondere Erscheinung des Krieges sind die zahlreichen Turnvereine, die von den gefangenen Deutschen in den Gefangenenlagern gebildet worden sind. Selbst aus dem fernen Japan kommen Nachrichten davon.

Die österreichischen Turner gehörten der deutschen Turnerschaft zu, bis antisemitische Bestrebungen, die dem Grundgesetz der Turnerschaft zuwiderliefen, die Ausscheidung herbeiführten. Es bestehen zurzeit der Österreichische Turnkreis, der 1912 95 000 Mitglieder zählte, und der Turnerbund mit 15 000 Mitgliedern.

Selbständig, aber ganz in deutscher Art, hat sich der Eidgenössische Turnverein in der Schweiz entwickelt, der im Volksleben des Landes noch stärker hervortritt als das Turnen im Reich. Er hatte 1912 rund 74 000 Mitglieder.

9. Das Militärturnen.

Ein halbes Jahrhundert nach der Begründung des Turnens durch GutsMuths und Jahn hatte sich die Erkenntnis vom Werte der Gymnastik für die Volkserziehung so weit durchgesetzt, daß man an die Einführung eines geordneten Turnens heranging, und daß der Staat die Ausbildung der Turnlehrer in die Hand nahm, auch in Preußen, wo man in Berlin die Zentralturnanstalt gründete. Sie hatte eine Militär- und eine Zivilabteilung. Ihr Direktor, Hugo Rothstein, übernahm die Gymnastik des Schweden Peter Ling. Das erklärt sich nicht allein aus dem Erbfehler der Deutschen, das Fremde immer besser zu finden als das Eigene. Er suchte berechtigterweise nach einem System, das Ursache und Wirkung klar erkennen ließ, bei dem man den Zweck der einzelnen Übung sah, kurz ein wissenschaftliches System. Das schwedische war ein solches, wenigstens damals in höherem Maße als das deutsche. Aber Rothstein fand mit seinen Schulformen Widerstand. Der Barrenstreit endete zugunsten des deutschen Turnens. Aber das galt nur für die Zivilabteilung der Zentralturnanstalt, das Militär behielt das schwedische Turnen bei bis in die jüngste Zeit.

Schulform war und ist teilweise noch heute das Merkmal des Militärturnens. Es hat nur eine kleine Auswahl von Übungen, deren Ausführung aber in gleicher genauester Weise feststeht. Jede Übung ist auf eine bestimmte Wirkung berechnet, und zwar mehr auf Kraftbildung als Gewandtheit. Das sind unbedingte Vorzüge. Die Nachteile sind viel Stehen und Langeweile, und eins geht dabei leicht verloren, die Lust und Liebe zur Sache. Darauf kann aber das Militär verzichten. Ob es daran wirklich gut tut, ist eine andere Frage. Es kann Beteiligung und Eifer durch seine Machtmittel erzwingen.

So gingen Militär- und Volksturnen ohne gegenseitiges Verständnis nebeneinander her. Das Militär mißachtete die körperliche Vorbereitung, die der Turner mitbrachte, vollständig. Es gab Zeiten, wo einer gut daran tat, beim Eintritt ins Heer nichts davon merken zu lassen, daß er Turner war.

Die Entwicklung der Feuerwaffe veränderte mit Beginn unseres Jahrhunderts die Kriegsführung. Der Stellungen- und Schützengrabenkrieg erforderte neben der Kraft und Ausdauer, die durch das Militärturnen seither entwickelt wurden, Gewandtheit, Schnelligkeit, Schlagfertigkeit, Geistesgegenwart. Jetzt erkannte man den Wert des deutschen Turnens, insbesondere den der wiederauflebenden Bewegungsspiele.

Das mag zur neuen Turnvorschrift für die Infanterie (Berlin, Mittler u. Sohn) von 1908 geführt haben, die wie eine befreiende Tat wirkte. Die Freiübungen wurden zum Teil umgestaltet, freiere Betriebsweise wurde zugelassen, die deutschen Geräte fanden Einlaß, Lauf, Wurf und Sprung näherten sich wieder der Lebensform, die Spiele wurden eingeführt.

Nur wenig trennt heute noch das Militärturnen vom Zivilturnen. Man ist jetzt dabei, beide einander anzugleichen, wenigstens in den äußeren Formen, in Befehl und Ausführung. Für die Schulen ist jetzt die militärische Form vorgeschrieben, mit den Turnvereinen steht man in Unterhandlungen, die noch andauern. So wird das Zivilturnen endlich das, was ihm schon die Turnväter auf den Weg gegeben hatten, die rechte Vorbereitung für Waffendienst und Wehrhaftigkeit.

10. Das Wehrturnen

(Militärvorbereitung, Jugendpflege).

Unsere Überlegenheit über die Feinde liegt nicht nur in der besseren Führung und militärischen Organisation, nicht nur in der höheren geistigen Schulung unseres Volkes, sondern vor allem auch in seiner körperlichen Tüchtigkeit und Leistungsfähigkeit. Sie mag zum Teil von Rasse, Boden und Klima herrühren, doch sind wir darin von unsern Nachbarvölkern nicht allzusehr unterschieden. Auch die militärische Ausbildung ist bei ihnen kaum geringer als bei uns. In der sportlichen sind sie uns sogar voraus; Pferderennen, Automobilfahren, Leichtathletik und Rudersport spielt bei ihnen eine größere Rolle. Die letzten olympischen Wettkämpfe in Stockholm haben erwiesen, daß

Deutschland nicht über so viel Höchstleistung verfügt wie andere Länder. Es muß also die hohe gleichmäßige Durchschnittsbildung der Masse sein, die wir dem Schul- und Vereinsturnen danken, einer körperlichen Erziehungsschule, die die Gegner nicht haben.

„Durch die Regelmäßigkeit und Kontinuität seines Betriebes hat das deutsche Turnen bewirkt, daß das deutsche Volk in seiner Gesamtheit eine sehr viel größere Leistungsfähigkeit bietet als die nur sporttreibenden Völker, die hervorragende Einzelleistungen oft zu einseitig werten und überschätzen.“ Das hat Hueppe in seiner Hygiene der Körperübung (Leipzig, Hirzel) schon 1910 gesagt. Jetzt im Kriege haben wir die glänzende Probe auf das Exempel.

Lange Zeit hat das Militär diesen Vorteil mißachtet.

Mit dem Eintritt ins Heer fing bis vor wenigen Jahren für den jungen Mann ein neues Leben an. Was er vorher getan und getrieben hatte, zählte nicht. Aus körperlich Tüchtigen und Gewandten, wie aus Schwachen und Ungeschickten, aus den für das Vaterland und seine Herrlichkeit Begeisterten wie aus den Gleichgültigen und Widerpenstigen wurden mit Hilfe der militärischen Erziehungs- und Machtmittel gleiche Soldaten herangebildet. Die im vorigen Abschnitt beschriebenen Gründe für die Änderung des Militärturnens lenkten nun den Blick auch auf Leben und Betätigung des Jünglings vor der Militärzeit. Man bemerkte, daß beides, je nach seiner Art, der Waffenausbildung Vorteile oder Nachteile brachte.

Beachtlich war, daß das Ausland darin voranging. Frankreich förderte von Staats wegen alle Vereinsunternehmungen für körperliche Ertüchtigung. Es gab den Vereinen das Recht, ein Militärbefähigungszeugnis auszustellen, das beim Heeresdienst mancherlei Vorteile brachte. Ähnlich war es in Italien und bei anderen. Vor allem wurde das Einjährigenzugzeugnis auch von der körperlichen Tüchtigkeit seines Empfängers abhängig gemacht. Refrutenprüfungen wurden z. B. in der Schweiz eingeführt. Wer sie gut besteht, hat davon manche Annehmlichkeit beim Dienst. Vor allem hatte Japan seiner Jugenderziehung einen stark militärischen Einschlag gegeben, und die dadurch vermehrte Tüchtigkeit des Volkes erregte im Kriege gegen Rußland berechtigtes Aufsehen.

Man fing auch bei uns an, das Leben derer zwischen 14 und 20 zu beachten, und sah wenig Erbauliches. Wenngleich Tausende im Turn- und Sportverein tüchtiger körperlicher Übung oblagen, so standen

Hunderttausende trüg beiseite. Man traf sogar solche, die ihre körperliche Schwäche ängstlich hüteten in der Hoffnung, vom Militär frei zu kommen. Fast noch schlimmer stand es in geistiger Beziehung. Die Idee des Internationalismus und der Vaterlandsverneinung ergriff mehr und mehr die urteilslosen Seelen.

Da setzte, staatlich gefördert und mit Geldmitteln unterstützt, die neue Jugendpflege ein. Eifrige Vereine hatten darin schon vorgearbeitet und betätigten sich weiterhin. Neben der Turnerschaft und den kirchlichen Vereinen waren es die Pfadfinder, die Wehrkraftvereine und der Jungdeutschlandbund.

Die erfreuliche Besserung erhielt einen plötzlichen und mächtigen Anstoß durch den Ausbruch des Krieges 1914. Man wußte, daß den ins Heer Neueintretenden nur wenig Wochen Ausbildungszeit zukommen würden, daher mußte die Zeit vor dem Eintritt dem jungen Rekruten an körperlicher und geistiger Ausbildung mitgeben, was nur möglich war. Der Staat führte teils freiwillige, teils verbindliche Militärvorbereitung der Jugend ein. Noch fehlt eine allgemeingültige Bezeichnung für die Sache. Man konnte die verschiedensten Ausdrücke hören. Da wandte vor wenigen Monaten das Kriegsministerium gelegentlich der Ausschreibung von Wettkämpfen das Wort „Wehrturnen“ an. Es ist ein kurzer trefflicher Ausdruck, der der geschichtlichen Entwicklung vollkommen entspricht. Hoffen wir, daß er bleibt und allgemeine Verwendung findet.

Für die militärische Vorbereitung schien es zunächst am einfachsten, wenn man die Übungen des Militärdienstes schon einmal vornweg darannahm. Die Richtlinien, die das Kriegsministerium dafür herausgab, schienen das zu unterstützen. So wurde denn exerziert, die Uniformierung kam auf, Felddienste, oft in Verbindung mit Kompanien und Bataillonen des Heeres, Paraden wurden abgehalten, Instruktionsstunden gegeben.

So war man auf dem Wege in einen Betrieb zu verfallen, den man mit „Soldatenspielerei“ bezeichnet hat. Aber die Geschichte war eine gute Lehrmeisterin. Schon um 1860 waren die Turnvereine vielfach in Wehrvereine umgestaltet worden, aber 1866 wieder eingeschlafen. Mit dem in Frankreich üblichen Lärm, der an die Henne erinnert, die ein Ei gelegt hat, wurden um 1880 dort die Schülerbataillone als „Retter des Vaterlandes“ gegründet, aber ehe die Nachahmung in Deutschland recht in Schwung kam, war die Bestrebung

schon wieder abgeflaut. So merkte man auch jetzt, daß man auf dem falschen Wege war. Das Kriegsministerium gab Erläuterungen und Ergänzungen zu den Richtlinien, in denen der Gesichtspunkt, Reinmilitärisches dem Heere zu überlassen, betont und die turnerische Ausbildung der Jugend schärfer hervorgehoben wurde. Man verlangt jetzt, daß die Wehrvorbereitung nicht die „militärischen Formen“ betreibe, sondern die „militärischen Zwecke“ verfolgen müsse, und das sind keine anderen als die allgemein menschliche tüchtige Ausbildung. Also: Nicht vorwegnehmen, was beim Militär daran kommt, sondern das üben, was beim Heere nicht oder nicht genug getrieben werden kann!

Aus diesem Grundsatz ergibt sich als Stoff des Wehrturnens: Frühzeitige Ausbildung der Marschfähigkeit, tüchtige Ausbildung allgemein menschlicher Körperleistungen, wie Laufen (daher ist der Schnellauf aus dem Liegen, der sog. Schützenlauf, eine beliebte Übung), Weit- und Zielwerfen (für den Wurf mit Handgranaten), rasches Niederwerfen und Aufspringen, Kriechen, Klettern und Klimmen (zur Überwindung von Hindernissen), Heben und Tragen (für den Krankentransport).

Serner: Ausbildung von Auge und Ohr. Schon bei Jahn war das eine vollgültige Aufgabe des Turnens gewesen. Er sagt z. B., daß das Klettergerüst nicht nur wegen der Kletterübung zu beschaffen sei, sondern vor allem, weil da oben Gelegenheit zum Sehen in die Weite gegeben ist. Aber die Sinnesübungen waren mit dem Abfall vom Jahn'schen Turnen aus dem Turnen verschwunden, wie auch die Jahn'schen Kriegs- und Geländespiele, die sich als vorzügliche Anwendungsformen des Wehrturnens darstellen, vergessen waren.

Ausbildung praktischer Geschicklichkeiten und Behelfe. Es gibt Jünglinge, die keinen Knoten zu binden wissen, kein Feuer anmachen können usw. Diese Dinge kann das Militär nicht einzeln lehren, es möchte schon vorher darin Unterweisung erfolgen.

Allerdings liegt hier die Gefahr des Eindringens in militärische Dinge vor, und wir sehen, daß die Gefahr häufig zur Tatsache wird. Ausheben von Schützengräben, Aufbau des Militärzeltes, Errichtung von Brücken, Bau von Flößen kann man der militärischen Ausbildung überlassen, um so mehr, als dabei jeder Handgriff auf die militärische Zusammenarbeit bestimmt ist.

Endlich sind es mehr geistige Fähigkeiten und Fertigkeiten,

aus denen das Heer großen Vorteil ziehen, die es aber kaum entwickeln kann, weil sie nicht auf militärischem, sondern nur auf pädagogischem Wege gebildet werden müssen: knappe, klare Ausdrucksweise beim mündlichen und schriftlichen Bericht, Orientierung im Gelände und Zurechtfinden, Kartenlesen, Kartenzeichnen, Signalverwendung, Entfernungs-schätzen.

Der Krieg hat den Nutzen der Wehrvorbereitung vollständig erwiesen. Das ist von Vertretern des preußischen Kriegsministeriums ausgesprochen worden. Deshalb ist zu erwarten, daß die Einrichtung den Krieg überdauern wird. Ein Reichs-Jugendwehrgesetz ist in Aussicht. Viele meinen, daß es die Wehrvorbereitung in die Hände des Militärs legen werde. Andere würden darin einen Mißgriff sehen, wenn zu Elternhaus, Schule und Beruf ein neuer Erziehungsfaktor träte, und wenn nicht eine gewisse Freiwilligkeit erhalten bliebe. Sie fordern: Der junge Deutsche muß zur Wehrvorbereitung verpflichtet werden. Die nötige Zeit dafür ist ihm durch Gesetz zu schaffen. Wie und wo er der Wehrvorbereitung obliegen will, muß seiner freien Wahl überlassen bleiben, sofern er nicht mehr der Schule angehört. Es hieße die Arbeitskraft der Tausende von Turn-, Wander- und Sportvereinen brachlegen, wenn man unnötigerweise neue Zwangsorganisationen schaffen wollte. Bessere Erfolge als der volle Zwang hat die Aussicht auf Vorteile beim wirklichen Heeresdienst, die bei tüchtiger Vorbereitung gegeben werden muß. Damit ist bereits ein kleiner Anfang gemacht. Der Jungmann, der seine Beteiligung am Wehrtunnen nachweisen kann, darf bei der Aushebung seine Wünsche bez. eines bestimmten Truppenteils anbringen. Man wird diese Vorteile noch erweitern müssen, wie das z. B. in Frankreich der Fall ist. Über die Frage sind zwei Flugschriften des Zentralausschusses (Leipzig, B. G. Teubner) erschienen.

II. Der Turnunterricht.

Turnen ist nach GutsMuths „Arbeit im Gewande jugendlicher Freude“, und Lion hat es einmal die „Poesie des Leibes“ genannt. Die in diesen Ausprüchen niedergelegten Grundsätze müssen die höchsten des Turnunterrichts bleiben. Nur dann wird die Forderung des preußischen Erlasses erfüllt werden, „daß sich die Jugend auch außerhalb der dafür angeordneten Pflichtstunden und nach der Schulentlassung gern in gesunden Leibesübungen betätigt“. Sie führen

aber leicht auf Irrwege. Es gibt Turnunterricht, der nur aus Spiel oder nur aus Kürturnen besteht, manchmal artet er geradezu in wildes Durcheinander und Unfug aus. Daher das geringe Ansehen, das er vielfach bei den übrigen Lehrern und im Elternhause genießt. Bei aller Freude und freien Betätigung muß im Turnen auch gelernt werden. Lernen hat immer Schwierigkeiten und kann nicht immer Belustigung bieten. Das ist im Turnen nicht anders als in andern Fächern. Wie diese, muß daher auch das Turnen einen wohlüberlegten, folgerichtig aufsteigenden Unterrichtsgang haben. Nur muß er sich hier auf die physiologischen Gesetze aufbauen, im übrigen Unterricht auf die logischen. Die psychologischen Forderungen sind in beiden Unterrichtsarten zu beachten.

Von einem solchen physiologisch begründeten Unterrichtsgang ist vielfach im Turnen noch wenig zu merken. Es besteht in Vorturnen, Nachturnen, Verbessern und Wiederholen. Damit ist es aber nicht getan, im Turnverein nicht, wie wir schon sahen, und erst recht nicht in der Schule. Diese Methode genügt vielleicht einigermaßen bei den Geschickten und für die Turnsache Begeisterten. Sie ist bei Schwächlichen, Zaghaften, Unbeholfenen unzureichend, und diesen muß in erster Linie unsere Sorge gelten. Erst dann gewinnt das Turnen Anspruch auf die Bezeichnung „Unterricht“.

Für den Stufenbau des Turnunterrichts kann die Art, wie man schwimmen lernt, ein gutes Vorbild geben. Ehe man die Schwimmbewegung im Wasser versucht, wird sie auf dem Trockenen oder im freihängenden Gurt, an der sog. Angel, so weit erlernt, daß sie ganz mechanisch, ohne Nachdenken über die Aufeinanderfolge der einzelnen Bewegungsteile ausgeführt wird. Das ist die Vorübung. Dann geht es ins Wasser. Hier gilt es, die gleiche Bewegung zuerst richtig, dann kraftvoll und zuletzt auf eine gewisse Dauer auszuführen. Das ist die Stufe der Einübung. Endlich wird durch ausgiebige Übung die Dauer und die Schnelligkeit gesteigert, andere Formen werden neben der gewöhnlichen Schwimmart versucht. Das ist die Stufe der Steigerung. Sie schließt ab mit der Schwimmprobe.

Wenden wir das Erkannte auf eine Turnart an, etwa auf den Weitwurf mit dem kleinen Ball. Auf der Stufe der Vorübung brauchen wir noch gar keinen Ball. Es gilt nur, durch die markierte Bewegung die richtige Bewegung zu erlernen. Der Geschickte freilich sieht eine Übung und macht sie sofort nach. Er findet die Koordination

wie von selbst. Darum werden wir ihn nicht lange mit der Vorübung, die ihm weder Mühe noch Vergnügen macht, quälen. Wir lassen also eine Vorprobe vorausgehen. Wer sie besteht, scheidet aus und beschäftigt sich mit anderem, z. B. mit einem Spiel, sofern man die Übung nicht als allgemeine Freiübung behandeln will. So kann der Turnunterricht, vielleicht besser als jedes andere Fach, individualisieren. Es bleiben die Ungeschickten übrig. Zeigen wir ihnen hundertmal die richtige Gesamtbewegung, sie machen sie hundertmal in ihrer Weise falsch nach. Sie sehen in der Masse der Bewegungen gar nicht, wo der Fehler liegt. Für sie müssen wir die Gesamtbewegung des Wurfes in ihre Einzelbewegungen zergliedern. Die Wurfbewegung besteht aus drei Teilen. Nennen wir sie: die vorbereitende Bewegung, das Ausholen und den Abwurf. Jede besteht wieder aus Arm-, Bein- und Rumpfbewegung. So ergeben sich etwa neun Teilbewegungen bei einer Übung, die so einfach und selbstverständlich erscheint, wenn man sie völlig beherrscht.

Diese Bewegungen werden einzeln geturnt, dann stückweise zusammengesetzt: 1. in Haltausführung, d. h. nach jeder wird eingehalten, um die Richtigkeit feststellen zu können, dann 2. nach Zählzeiten von etwa vier Zwischenzeiten, während welcher der Schüler überlegen kann, was nun folgt, und 3. in einem Zuge, d. h. in dem natürlichen Rhythmus der Bewegung ohne Pausen. So werden allmählich die Bewegungen zu einem Ganzen koordiniert.

Auf der Stufe der Einübung nehmen wir den Ball zur Hand, lassen ihn aber zunächst immer noch nicht abwerfen. Sobald der Wurf erfolgt, achtet der Schüler auf diesen und nicht mehr auf die Bewegung. Erst nach Erlernung der richtigen Bewegung gilt es, den Ball so kräftig zu werfen, daß er wenigstens eine mäßige Weite — sagen wir bei kleineren Schülern 15 m — erreicht. Auch hier scheiden wir diejenigen aus, die den Wurf sofort leisten. Wir nennen diese die Probe auf die Mindestleistung. Es muß unser Grundsatz sein: der Schüler braucht nicht zu üben, was er schon kann. Hier unterscheiden wir uns bewußt vom Militär, bei dem alle üben müssen, bis es auch der Ungeschickteste erlernt hat.

Die dritte Stufe, die der Steigerung, ist für die Geschickteren die interessanteste. Hier können sie sich voll ins Geschirr legen. Hier zählt die Leistung, auf die schulmäßig genaue Ausführung wird kein Gewicht mehr gelegt. Dabei werden vielfache Variationen in der Auf-

gabe und in der Übungsform angewendet: Es gilt 20—30—40 m zu werfen, über einen hohen Baum, bis zu einer Wand; zwei Mann werfen gleichzeitig, wer kommt am weitesten usw. Zu diesen Aufgaben gehören Wettkampf und Spiel. Wir können bei ihrer Mannigfaltigkeit hier nicht näher darauf eingehen. Die Stufe schließt ab mit der Probe auf die Höchstleistung. Jeder zeigt in einem Wurf oder in mehreren, was er erreicht. Die Leistung wird aufgeschrieben.

Diese Stufenfolge läßt sich überall durchführen. Doch ergeben sich bei einzelnen Turnarten gewisse Veränderungen. Die Vorübung für den Lauf besteht z. B. nicht in einer Zerlegung des Lauffschritts. Es wäre kein Lauffschritt mehr. Man nimmt die einzelnen Beinhaltungen höchstens vorübergehend durch, damit der Schüler weiß, was gemeint ist, wenn wir ihm seinen Fehler nennen. Hier treten vielmehr allerlei kleine Lauffspiele als Vorübungen ein. Ihnen folgt erst die gründliche Bearbeitung des Schnellaufes. Die Zerlegung der Bewegung ist auch meistens dort nicht möglich, wo die Übung an einem Gerät ausgeführt wird, etwa beim Selgaufzug (Bauchaufschwung) am Red. Ehe wir ihn darannehmen, ist Voraussetzung, daß ihn die meisten wenigstens in rohester Form schon herausbringen. Die Vorprobe hat das zu erweisen. Diejenigen, die sie nicht leisten, müssen für sich dazu gebracht werden durch Selgabzug (aus dem Stütz am Red Vorfallen und langsames Senken des Körpers), durch Selgaufschwung mit Hilfe (Hinaufhelfen), mit Absprung von mehreren übereinander gelegten Springbrettern usw.

Auf der Stufe der Einübung erfordern wiederum diejenigen Übungen eine besondere Behandlung, die sich nicht in ihre einzelnen Bewegungen zerlegen lassen, z. B. der Weitsprung. Der Sprung besteht ja in der Tat auch aus mehreren Teilen: 1. Anlauf, 2. Absprung, 3. Sprungflug, 4. Niedersprung. Hier wird diese Zerlegung nur in Gedanken ausgeführt. Bei den ersten Übungen wird besonders auf den Anlauf geachtet und dessen Fehler werden verbessert. Bei den nächsten Übungen wird der richtige, kräftige Absprung zur Aufgabe gemacht usw. So hat der Turnunterricht immer mit Teilaufgaben zu arbeiten. Er gleicht dem Wanderer, der sich den weiten Weg in Stücke zerlegt.

Sehr langsam schreitet die Einübung fort, wo es nicht nur auf Koordination (Zusammenspiel der Muskeln) ankommt, sondern wo die Muskeln erst durch Übung für eine bestimmte Leistung gekräftigt

werden müssen, bei den Kraftübungen. Hier gehen zwei Stufen nebeneinander her. Während ein Teil der Schüler noch in der zweiten Stufe etwa Hang mit gebeugten Armen auf 30 Sekunden übt, arbeiten die andern schon in der dritten Stufe, die den Beugehang bereits zu allerlei weiteren Formen verwenden.

Die Stufe der Steigerung bedient sich bei den einzelnen Turnarten der verschiedensten Formen. Wir nennen nur die wichtigsten in Beispielen. Bei Sprung und Wurf wird das Maß erhöht. Bei Lauf erfolgt eine Erhöhung des Zeitmaßes sowohl nach Schnelligkeit (Schnellauf) als nach Dauer (Dauerlauf). Beim Armwippen im Hang oder Stütz, beim Gewichtheben liegt die Maßerhöhung in der steigenden Anzahl der Wiederholungen (3mal, 5mal, 8mal). Bei Selgaufzug, Kippe und anderen Hang- und Stützübungen wird die Form verändert bzw. erschwert, bestimmte Griffe, Beinhalten werden vorgeschrieben, der Abgang wird verändert, eine zweite Übung wird angeschlossen. Wir kommen damit in die Übungsverbindung, die, auf dieser Stufe mäßig verwendet, ihre Berechtigung hat. Stützsprünge, wie Hoche, Flanke, Wende, werden erschwert durch Wechsel des Geräts. Was am Kasten erlernt ist, wird nun am Reck und am Barren ausgeführt. Dem Wechsel des Geräts entspricht es, wenn wir beim Wettlauf, beim Ringen, bei Zieh- und Schiebekämpfen neue Gegner zusammenstellen. Es ist nötig, daß der Übende immer neue Gegner erhält, und zwar solche, die ihm möglichst ebenbürtig sind. Sind die Kräfte zu sehr verschieden, dann bietet der Schwächere gar nicht erst ernstlichen Widerstand. Für die Ermittlung gleichwertiger Gegner dient die Punktmethode. Im ersten Gang eines Ziehkampfes erhält jeder Sieger zwei Punkte, bei unentschiedenen Kämpfen jeder der Gegner einen, die Besiegten 0 = Punkt. Nun wird nach diesen Punkten in einer Reihe angetreten, zu Zweien abgezählt, und die neuen Gegner für den zweiten Gang sind bestimmt. Die dabei neu erreichten Punkte werden den früheren zugezählt.

Die genauere Anpassung der Turnstufen an die einzelnen Turnarten gehört in eine spezielle Methodik. Sie ist ausgeführt in meinem Buche: Der Turnunterricht, entwickelt aus den natürlichen Bewegungsformen (Dresden, Huhle).

Die Art, ob der Turnlehrer sich nur mit einem Schüler beschäftigt, oder mit wenigen, oder endlich mit allen zugleich, ob er eine einzige oder mehrere verschiedene Aufgaben stellt usw., führt auf die **Unterichtsformen**, die nicht zu verwechseln sind mit den Formen der Bewegung (Schulform und Lebensform). Diese beziehen sich auf den Stoff, jene nur auf den Unterrichtsbetrieb. Je mehr der Unterricht die Formen anzuwenden versteht, die möglichst alle Schüler nutzbringend und zweckentsprechend beschäftigen, desto besser werden seine Ergebnisse sein. Auch hier muß der Turnunterricht bewußt von der Methode des Exerzierplatzes abweichen. Diese beschäftigt sich so lange mit dem einzelnen und läßt die andern untätig dabei stehen, bis alle zusammengefaßt werden können. Das ist die Einzelübung. Sie ist im Turnen Zeitverschwendung und wirkt langweilig.

Die Gemeinübung beschäftigt alle Turner zu gleicher Zeit. Sie ist besonders bei den Freiübungen verwendbar. Davon mag zum Teil die Vorliebe mancher Turnlehrer für die Freiübung herrühren. Sie kann sich meist nur mit Richtigkeit und Schönheit der Bewegung beschäftigen, nicht mit dem Maß der Bewegung. So artet sie leicht in Drill aus. — Beim reihenweisen Üben turnen z. B. vier Mann gleichzeitig, dann die nächsten vier usw. Ist die Übung so eingerichtet, daß sie gerade vier Zeiten dauert, dann kann man einfach zählen. Auf 1! beginnen die ersten, auf 5! (man beginnt besser wieder mit 1!) die zweiten, auf 9! die dritten usw. Das ist Turnen mit Einsetzen der Folgenden. Statt des Zählens kann hier der Takt der Musik verwendet werden. Das ergibt das Turnen nach Musik.

Beim abteilungsweisen Üben ist die Masse in Abteilungen getrennt, die für sich, meist unter einem Dorturner üben. Die Abteilung wird Riege genannt. Sie soll aus höchstens neun Mann mit dem Dorturner bestehen. In dieser Zahl entspricht sie der militärischen Gruppe. Bei Übungen, die längere Zeit erfordern, wird sie zwei Geräte nebeneinander benutzen, z. B. beim Schwebgehen. Das Riegenturnen ist die Hauptform des Turnens im Turnverein. Für das Schülerturnen ist sie wenig verwendbar.

Beim freien Üben turnt jeder ohne weiteren Befehl, wann und wo Platz für ihn ist. Dabei kann eine bestimmte Übung vorgeschrieben sein, an der der Turnunterricht eben arbeitet, oder die Übung ist freigegeben und nur eine Reihe gleicher oder verschiedener Geräte sind

bestimmt (das geregelte Kürturnen), oder endlich: Übung und Gerät sind völlig freigegeben (das gewöhnliche Kürturnen.)

Somit ist auch das Kürturnen eine vollgültige Unterrichtsform, bei eifrigen Turnern sogar die beliebteste und wirksamste. Die Schulbehörden, die nötig haben, das Kürturnen im Unterricht zu verbieten, stellen ihrer Turnlehrerbildung ein Armutszeugnis aus.

Zu den Unterrichtsformen, die der Turnlehrer voll beherrschen muß, gehören noch die Arten, wie man die Turnerscharen leiten und beaufsichtigen kann, wie man die Geräte aufstellt und verwendet, wie die Übung nach verschiedenen Taktzeiten ausgeführt werden kann. Doch alles das gehört in die spezielle Methodik.

Vielfach wird nach einem festen Geräteplan gearbeitet. Man nimmt jede Stunde ein anderes Gerät daran, bis alle durch sind. Die Sorge dafür, daß keine Turnart vergessen wird, ist an sich löblich. Aber man muß eine angefangene Übung in einer Reihe von Stunden hintereinander treiben, bis ein gewisses Ziel erreicht ist. Bei größeren Pausen in der Erlernung ist das Erlernte immer wieder verloren.

Aus diesem Grunde wird man sich an die übliche Einteilung der Stunde — Freiübung, ein oder zwei Geräte, kurzes Spiel — nicht zu fest binden. Eine gute Einteilung hat die schwedische Gymnastik. Sie nimmt in der sog. Tagesübung alle Turnarten in raschem Wechsel durch.

Der Lehrplan muß sich nach den Grundsätzen der allgemeinen Methodik aufbauen: vom Bekannten zum Unbekannten, hier körperlich gefaßt — vom Leichten zum Schweren — vom Einfachen zum Zusammengesetzten — vom Teil zum Ganzen.

Die Grundlage für den Erfolg des Turnunterrichts bildet die Disziplin. Sie soll sich in ihrer äußeren Form zwar der militärischen Disziplin angleichen, aber sie muß auf anderem Wege herbeigeführt werden als im Heere. Dieses arbeitet mit starken Machtmitteln, Drill und viel Zeitaufwand. Das Turnen entbehrt diese Mittel und kann sie entbehren. Hier soll mit dem Interesse und der Freude an Bewegung und Turnen gearbeitet werden. Kann man sich auf den guten Willen seiner Turner, auf ihre Lust und Liebe zur Sache verlassen, dann soll sie sich so frei und ungezwungen bewegen, als es mit dem geregelten Betrieb irgend vereinbar ist. Nötig ist gleichmäßige Freundlichkeit und Konsequenz. Der Kasernenhofton gehört nicht auf den Turnplatz.

12. Die Turnstätte.

Jahns Turnstätte war Feld und Wald. Er zog 1810 einfach mit den Knaben ins Freie. Was wir heute als „angewandtes Turnen“ bezeichnen, war also das ursprüngliche. Da war die Turnerei noch ausschließlich Lebensform. Trotz unserer Hallen und Turnplätze sollte dieses Naturturnen auch heute noch mehr gepflegt werden. Leider verursachen die Feld- und Forstgesetze dabei große Schwierigkeiten. Als ein ständiger Turnplatz doch wünschenswert wurde, legte ihn Jahn 1811 in der Hasenheide an, damals weit ab von den Häusermassen. Von einem Turnfeld in der Stadt wollte er nichts wissen. Dennoch wurden solche mehr und mehr Mode. Die alten Turnlehrer mieteten einen Platz und richteten ihn ein. Die Turner zahlten einen Beitrag. Erst später wurden Turnstätten von Vereinen und dann auch von Staat und Gemeinde erstellt. Ein geregelter Betrieb, wie ihn das Schulturnen, unabhängig von der Witterung, fordern muß, ließ die Turnhallen entstehen.

Die Größe der Turnstätten richtet sich nach der Zahl der Turner, für die sie bestimmt sind. Dabei hat man bisher eine merkwürdige Kurzsichtigkeit bewiesen. Alles wurde so angelegt, daß es gerade ausreichte. Die Erweiterung der Schulen, spätere Anbauten u. a., die Raum wegnahmen, lassen die meisten Plätze jetzt als unzureichend erscheinen. Für größere Spiele sind sie nicht mehr zu verwenden, und man hat neue besondere Spielplätze an den Stadtgrenzen schaffen müssen. In manchen Fällen ist es so weit gekommen, daß man nur noch Hallen ohne Turnplatz hat, und doch soll das Hallenturnen nur die Ausnahme sein. Die Hallen hat man groß genug gerade für eine Schulklasse angelegt, und der Turnverein mußte sich selbst um Turnstätten kümmern. Möge man daher bei Anlage neuer Turnstätten auch an die Zukunft denken. Schon der besseren Verzinsung wegen müßten die Hallen von vornherein auf die Benützung durch Schulen und durch Vereine berechnet werden.

Statt der geschlossenen Hallen hat man es hier und da mit offenen Hallen, die eigentlich nur ein Schuttdach darstellen, versucht. Der Versuch scheint sich nicht bewährt zu haben.

Beim Bau einer Turnhalle muß man mit wenigstens 20000 M. Kosten rechnen. Die Geräteausstattung ist selbst bei bescheidenen Ansprüchen mit 4000 M. zu bemessen. Schulturnhallen sollen mit dem

Schulgebäude in Verbindung stehen, indem sie ins Hauptgebäude eingebaut werden oder einen gedeckten Gang zu ihm haben. Ein Umkleideraum darf bei keiner modernen Turnstätte fehlen.

Die Geräte sind die „stilisierten Hindernisse“ der Natur. Auch sie haben ihre Geschichte. 1811 wurden auf der Hasenheide allerlei Übungen an einem wagerecht gewachsenen Ast ausgeführt. Schon 1812 ist das wirkliche Red daraus geworden. Auch der Barren ist auf Jahns Turnplatz entstanden. Tau und senkrechte Leiter hatte schon GutsMuths, die wagerechte Leiter verwendete zuerst Spieß. Der Eisenstab ist von Jäger eingeführt, der Rundlauf von dem Schweizer Elias. Der Diskus war bekanntlich schon bei den alten Griechen üblich. Das Pferd ist aus den Reitbahnen und Sechsfälen der vorjahnischen Zeit herübergenommen. Die stolzen hohen Klettergerüste der Jahn-Maxmannschen Periode mit ihren hohen Leitern, Strickleitern, Tauen usw. sind verschwunden und damit ein guter Teil Lebensformen aus dem Turnunterricht. In neuerer Zeit sind auch schwedische Geräte in die deutschen Turnhallen aufgenommen worden: die Sprossenwand, die Gitterleiter, die Langbank. Die neuesten Geräte, hervorgebracht durch die Bedürfnisse des modernen Schützengrabentriebs, sind die Modelle der Handgranaten in ihren verschiedenen Formen.

Für die Gerätausrüstung einer Turnstätte gelten jetzt drei Grundsätze: Man schafft lieber nur die nötigsten Arten von Geräten an, diese aber in so großer Zahl, daß viele Turner zugleich beschäftigt werden können. Böcke, Bälle, Kugeln usw. sollen unter sich gleich an Form und Gewicht sein. Die Geräte sind so herzustellen, daß sie vielseitig verwendbar sind, so kann z. B. das Dorturnerbrett als Kletterwand benutzt werden.

Die Gerätekunde als besonderer Teil der Turnlehre hat ihre Bedeutung verloren, seitdem man die Geräte in mustergültiger Ausführung aus den Turngerätefabriken beziehen kann. Als bekannteste Geschäfte seien genannt: Dietrich & Hannack in Chemnitz, v. Dollfs & Helle in Braunschweig, Haber in Leipzig, Hähnel in Dresden, Meyer in Hagen, Zahn in Miesty. Das Studium der Gerätecataloge dieser und anderer Fabriken ist zu empfehlen. Wer einen Spielplatz oder eine Turnhalle zu bauen oder auszurüsten hat, muß zu einem Spezialwerk greifen: Goetz u. Rühl, Anleitung für Bau und Einrichtung deutscher Turnhallen (Leipzig, Eberhard); Kregenow u. Samel, Gerätekunde (Berlin, Weidmann).

Wie die geeigneten Geräte zum rechten Turnbetrieb gehören, so auch die geeignete **Turnkleidung**. Die alten Griechen turnten nackt. Man tat das mit voller Berechnung und hielt es für so wesentlich, daß man die Leibesübungen Gymnastik benannte, ein Wort, das sich vom griechischen „nackt“ ableitet. Und es war in der Tat von ungeheurem Einfluß auf die Entwicklung der Leibesübung. Wir dürfen es geradezu als erste Ursache betrachten, daß die Griechen einerseits in der Gymnastik, anderseits in der Kunst jene ideale Höhe erreicht haben. Erst wenn man den mißgebildeten Körper nicht mehr durch die Kunst seines Schneiders verdecken kann, entwickelt sich der Blick für die Vorzüge und Fehler des Körpers, erst dann wird das Verlangen allgemein, Körpermängel durch Leibesübungen aufzuheben. Bei uns ist für Knaben und Männer die kurze Hose und das leichte Tricotkleidchen zweckmäßig. In neuerer Zeit hat sich erfreulicherweise die ganz kurze Sporthose mit offenen Knien und das Nezhemd eingebürgert. Bei festlichen Veranstaltungen wird von den Turnvereinen die lange weiße Hose getragen, für den gewöhnlichen Betrieb ist die dunkle zweckmäßigere. Künstler und Ärzte empfehlen, soweit es möglich und der Witterung wegen rätlich ist, das Turnen mit möglichst unbekleidetem Körper. Näheres über das geeignete Turnkleid für Mädchen und Frauen S. 34.

Die Turnschuhe sind ohne Absatz. Am besten sind Chromsohlen. Schnürschuhform ist besser als Halbschuhform, weil in jene der Sand nicht so leicht eindringt.

13. Das Turnspiel.

Es ist etwas Geheimnisvolles um das Wesen und die Wirkung des Spiels. Jeder kennt es und keiner kann es erklären. Es gibt noch keine befriedigende Definition des Begriffes Spiel.

Wir lassen unsere kleinen Turner an den Leitern schulmäßig auf und ab steigen. Sie treiben es gern. Aber nicht lang, so wird der Betrieb matt und gezwungen. Da vollbringt ein einziger Satz ein Wunder: „Da oben brennt's! Hilfe!“ Die Knaben rennen mit lautem tuut=tuut! heran. Keiner läßt seine Gedanken mehr spazieren gehen wie vorhin oder neßt den Nachbar. Sie steigen auf und ab und wieder hinauf, ohne Ermüdung und mit einem Ernst, als gälte es Leib und Leben zu retten. Die Übung ist zum Spiel geworden.

Vorhin, bei der Übung, war sich der Knabe bewußt: Ich muß jetzt

steigen, ich muß jetzt halten, ich muß aufpassen, wenn der Befehl zum Absteigen kommt. Jetzt beim Spiel ist an Stelle des Ichbewußtseins eine Idee getreten. Dieser gibt sich der Knabe hin. Er denkt nicht mehr an seine Person, sondern steigt auf und ab und ahmt mit dem Munde den Ton des Wasserstrahls nach, wie aus einem inneren Trieb, ohne zu überlegen, was er tut. Dieser Geisteszustand hat mit dem Enthusiasmus, der Begeisterung, dem Freudenrausch gemeinsam, daß der Mensch sein Ich vergißt, und so entsteht denn auch bei voller Hingabe an ein Spiel Begeisterung, Freudenrausch. Nicht alle, die an einem Spiele beteiligt sind, kommen zu diesem hohen Grad der Spielfreude, meist deshalb, weil sie es noch nicht voll beherrschen oder von vornherein wissen, daß sie unterliegen werden. Sie haben von ihrem Spiele dann auch nicht den vollen Nutzen: die köstlichen Minuten des Ichvergessens. Die Idee ist unzweifelhaft von höchstem Einfluß, deshalb hat man versucht die Spiele so zu beschreiben, daß man zuerst die Spielidee, dann die Spielaufgabe (Zweck) und endlich die Ausführung (Regel) gegeben hat (Schröer, Spiele für die Volksschule; Leipzig, Klinkhardt).

Das Spiel gehört vollgültig zum Turnen. Schon Jahn hat uns belehrt: Ohne Turnspiel kann das Turnwesen nicht gedeihen. Die Jugend hat das Spielen nie vergessen, aber die Erzieher haben von Zeit zu Zeit seine Wertschätzung verloren. Sie haben nur das Vergnügen und die Freude dabei gesehen, aber für seine vielen sonstigen Vorzüge den Blick verlernt. Es sind, neben der physiologischen und psychologischen Wirkung der Leibesbewegung überhaupt, die folgenden: Das Spiel ermöglicht jeden Augenblick ein Nachlassen in der Anstrengung. Dadurch wird die Gefahr der Überanstrengung geringer als bei der befohlenen Übung. Es läßt sich überall, auf der Stufe der Vorbereitung wie auf der der Steigerung, verwenden. Mit ihm können sich die Turner nach der ersten Einübung beschäftigen, auch ohne fortgesetzte Leitung durch den Turnlehrer. Dennoch wäre es falsch, statt des Turnens überhaupt nur Spielen zu setzen. Die trägen Spieler, die nur dabei stehen, kämen zu gar keiner Leibesübung.

Mit der Einteilung der Spiele in Arten haben sich die Turnschriftsteller schon redlich bemüht, ohne die Aufgabe befriedigend gelöst zu haben. Zuerst GutsMuths, der schon 1795 das erste Spielbuch herausgab. Es enthält alle damals bekannten Spiele, auch die von ihm als Ruhespiele bezeichneten: Handwerkerspiele, Nachahmungsspiele,

Rätsel u. a. Es ist das klassische Buch der Spielliteratur; von Georg Thiele 1914 neu herausgegeben (Hof, Lion).

Die Einteilung nach der Turnart, die dabei vorwiegend auftritt, ist die richtige. Dort führen wir die Spiele mit kurzer Beschreibung auf. Ihr ausführliches Regelwerk kann des Raumes wegen in diesem Buche nicht gegeben werden. Wir verweisen bei Bedarf auf das oben genannte neueste Spielbuch, die Neuauflage der GutsMuths-Spiele.

Der äußeren Form nach haben wir 1. die Singspiele, Bewegungen nach dem Takte eines Liedes, die von Mädchen so gern getrieben werden. Sie gehören mehr in den Kindergarten und in das vorturnpflichtige Alter. Höchstens im Mädchenturnen werden sie in den ersten Jahren noch verwendet.

2. Die Spielformen sind Übungen, vielfach auch Gerätübungen, denen man gelegentlich einmal die Form des Spieles gibt, wie das oben genannte Steigen als Feuerwehr. Die „Reise durch die Turnhalle“ vereinigt Steigen, Klimmen, Klettern, Springen u. a. über alle Geräte des Platzes. Überschlagen, Schwebgehen, Heben und Tragen wird als „Zirkus“ betrieben. Wir haben Kletterhasch, Barrenhasch u. a.

Von größerer Bedeutung sind 3. die zahlreichen kleinen Spiele: Wettlauf im Kreis, hüpfender Kreis, Dritten abschlagen, Schwarzer Mann u. a. Wenige erübrigte Minuten vor Schluß der Stunde genügen für ihren Betrieb. Da sollten sie aber auch niemals fehlen, sofern man nicht ein größeres Spiel darangenommen hat. Sie bilden den angenehmen Nachschuß zum genossenen Turnstoff.

Die Spiele, die die geschilderten Vorzüge erst voll zeigen, sind 4. die Großen Spiele, auch Partei- oder Kampfspiele genannt. Sie gründen sich auf eine ausgesprochene Technik, entwickeln also eine besondere turnerische Fertigkeit. Bei ihnen spielen Geistesgegenwart und Schlagfertigkeit eine hervorragende Rolle. Sie verlangen Zusammenspiel der Partei und damit Unterordnung, Gemein Sinn, Selbstbeherrschung. Die meisten bieten günstige Gelegenheit, das Auge zu üben, eine Aufgabe, die der Turnunterricht in engeren Räumen nur wenig bearbeiten kann. Den Unterschied zwischen Gesellschafts- und Kampfspiel erkennen wir deutlich in der Entwicklung des Faustballspiels. Lange Zeit galt es als Ehrensache, den Ball hoch zu schlagen und der andern Partei so zuzuspielen, daß der Ball ohne Unterbrechung oft über die Schnur hinüber- und herüberkam. Das war Gesellschaftsspiel. Da kam in Norddeutschland das Bestreben auf, den

Ball so zu schlagen, daß ihn der Gegner nicht zurückspielen konnte. So wurde ein Parteispiel daraus, und von da ab trat seine große Verbreitung ein. Die wichtigsten und beliebtesten Spiele dieser Gruppe sind: Schlagball, Trommelball, Fußball, Barlauf, Grenzball, Eilbotenlauf. Für diese Spiele bietet die Turnstunde nicht die genügende Zeit, meist ist auch nicht der genügende Raum vorhanden. Sie erfordern besondere geräumige Spielplätze. Man muß sich im Turnunterricht begnügen, die Regeln einzuüben und die erste Spielfertigkeit beizubringen. Im übrigen sind sie auf den freien Spielnachmittag zu verweisen (siehe unten).

Hervorragend wichtig für die Sinnesübung sind die Spiele im freien Gelände. Leider sind die meisten durch die Forst- und Feldgesetze beschränkt, z. B. die Schnitzeljagd, das Ritter- und Bürgerpiel, das schon die Jahnschen Turner ergözte, heute meist „Räuber und Soldaten“ genannt u. a. Man muß deshalb das „Geländespiel“ durch genaue Regeln auf die Wege und Straßen beschränken (Hilfsmittel für die Wehrvorbereitung, Dresden, Proke) und kann damit der Übung von Auge und Ohr immer noch gute Dienste leisten. Darum hat das von Schäfer erneuerte Geländespiel (Leipzig, B. G. Teubner) weite Verbreitung gefunden. Leider ist die Pflege desselben schon wieder im Rückgang.

Das Spiel übt seine Wirkung nicht nur auf die Jugend aus, sondern auch auf das Mannesalter und selbst auf ältere Leute, wenn die rechten Spiele gewählt werden. Man hat sich daher nicht ohne Erfolg bemüht, die Volksspiele zu erneuern, die sich in einzelnen Gegenden erhalten haben, wie das Klootschießen in Holstein. Den Bemühungen H. Schnells und dann des Zentralausschusses ist es zu danken, daß sich das Schlagballspiel (S. 111) als eigentliches deutsches Volks- und Jugendspiel erfreulich verbreitet (Reinberg, Anleitung für Ballspiele; Leipzig, B. G. Teubner). Von den Turnern ist besonders das Faustballspiel aufgenommen worden, das sich auf kleineren Raum beschränkt und an die Lauffertigkeit, die schon in mittleren Jahren nachläßt, weniger Ansprüche stellt.

14. Der freie Spielnachmittag.

Die 2—3 Wochenstunden Turnunterricht in der Schule reichen für die körperliche Erholung und Entwicklung nicht aus. Deshalb ist es wünschenswert, „daß sich die Jugend auch sonst in ihrer freien Zeit

gesunder körperlicher Übung hingebe". Diesen Wunsch hat, wie schon erwähnt, auch die Regierung ausgesprochen.

Zunächst führte man vielenorts das freiwillige Spiel ein, zuerst für die Schüler der höheren Schule. Bei den Volksschülern war es schon seltener, wenigstens von Schul wegen, nur einzelne Vereine nahmen sich ihrer an. Bald zeigten sich die Mängel der auf Freiwilligkeit gegründeten Unternehmungen. Die Beteiligung schwankte. Schon ein für den nächsten Tag bevorstehendes Extemporale verödete den Spielplatz.

Man griff deshalb zu dem Aushilfsmittel des „halben Zwangs“. Er besteht darin, daß niemand sich zur Spielbeteiligung melden muß; wer sich aber meldet, ist verpflichtet, regelmäßig zu kommen. Damit rückte das Spiel in die Reihe der sog. fakultativen Lehrfächer auf. Mitunter erfolgt diese Meldung auf einem vorgedruckten Formular durch den Vater, der sich damit verpflichtet, seinen Sohn regelmäßig zum Spiel zu senden. Wo sich dieser Halbzwang wirklich durchführen ließ, wurde der Spieltrieb stetiger, die Schlechten blieben aber immer noch fern. Nur wo die Schule den Druck verstärkte und verlangte, daß sich niemand ohne wirklich zwingende Gründe der Schuleinrichtung des Spiels entziehe, wurde es besser. So entwickelte sich allmählich der volle Spielzwang. Das Spiel wurde verbindlicher Unterricht, doch sind nur wenige Staaten in Deutschland und außerhalb dieser nur wenige Schulen so weit vorgeschritten.

Zur vollen Durchführung fehlten meist die rechte gesetzliche Grundlage, die Zeit, ausreichender Spielplatz und geschulte Kräfte zur Leitung. Darum stellte der Zentralausschuß zur Förderung der Volks- und Jugendspiele in Deutschland die Forderung des freien Spielnachmittags auf, nachdem er sich bereits durch Schaffung schöner Plätze und durch Abhaltung zahlreicher Spielleiterkurse um die Sache verdient gemacht hatte. Jeder junge Deutsche, Knabe oder Mädchen, Schüler oder der schon im Beruf Tätige, soll diesen Spielnachmittag haben, wie er in England schon seit langem gehalten wird. Begründung und Vorschläge für die Durchführung ist eingehend nachzulesen bei Raydt, Der freie Spielnachmittag (Leipzig, B. G. Teubner).

Von vornherein wurde vom Zentralausschuß betont, daß sich der freie Nachmittag nicht auf das Bewegungsspiel beschränken, sondern alle geeigneten Übungen im Freien betreiben soll: Rudern, Wandern, Wintersport, Schwimmen. Für die meisten sind in den kleinen Schriften (Leipzig, B. G. Teubner) die Unterlagen geschaffen,

besonders sind die „10 Ausfunftsbogen“ bei Einführung zu Rate zu ziehen. Im Anfang fand der „Spielzwang“ zahlreiche Gegner. Man hielt Zwang und Spiel für unvereinbar. Dagegen ist mit Recht der Schulzwang als Vergleich angeführt worden. Es ist auch ein Zwang, aber kein Vernünftiger wird ihn mißbilligen. Freilich wirkt die freiwillige und mit Eifer betriebene Leibesübung durchgreifender als die erzwungene. Deshalb soll man Zwang und Freiwilligkeit miteinander nach Möglichkeit verbinden. Jeder muß eine Leibesübung treiben, doch kann er selbst entscheiden, ob er dem Ruder- oder Schwimm- oder Fußballverein usw. angehören will. Von den genannten Übungen ist die Wanderung besonders hervorzuheben. Ihre enge Verbindung mit dem Turnen hat Jahn durch den Namen „Turnfahrt“ dargelegt. Damit ist gesagt, daß sie mehr sein soll als ein Spaziergang oder eine einfache Wanderung. Sie soll ein angewandtes Turnen draußen in freier Natur sein und Gelegenheit geben, Gewandtheit, Kraft, Mut und Ausdauer zu betätigen. Jahn nennt sie „eine Bienenfahrt nach dem Honigtau des Lebens“. Wir können auf diesen einzelnen Gegenstand nicht näher eingehen. Man nehme bei Bedarf Raydt und Eckardt, Wandern (Leipzig, B. G. Teubner) zur Hand.

Sicherlich wäre die Einrichtung des freien Nachmittags am Sonnabend oder, wie auch vorgeschlagen wird, in der Mitte der Woche und seine Ausnützung zu allerlei Leibesübungen im Freien von höchster Bedeutung für die Steigerung unserer Volkskraft.

15. Der Wettkampf.

Auch beim Wettkampf tritt an die Stelle des Zwangsgefühls die Idee, das Verlangen zu siegen. Allerdings wird derjenige nicht von jener Idee erfaßt, der von vornherein keine Aussicht auf Sieg hat. So paßt der Reiz des Wettkampfes nur die Bessern, nur ihnen dient er zur Steigerung ihrer Fertigkeit. Die Schlechteren, für die Anreizmittel zu körperlicher Betätigung weit nötiger sind, haben vom Wettkampf keinen Nutzen. Darin liegt der Mangel des Wettkampfes.

Eigentlich stellt sich jedes gemeinschaftliche Turnen als Wettkampf dar. Die Übung besser auszuführen als andere oder doch hinter einem andern, den man als Muster betrachtet, nicht zu sehr zurückzubleiben, diese Absicht ist das Treibende im gemeinschaftlichen Turnen. Ohne diese Anregung ist das Turnen langweilig und eine trübe Pflicht, wie wir an der Zimmergymnastik sehen.

Der Einzelkampf, bei dem nur in einer einzigen Übung der Sieg erstrebt wird, ist der volkstümlichste, aber auch der einseitigste. Es war früher die einzige Art des sportlichen Wettkampfes. Er züchtete außerordentliche Leistungen. Wo man aber etwas auf gleichmäßige und allseitige Ausbildung gibt, da sollte man vom Einzelkampf absehen. Diese Forderung wird ungenügend erfüllt, wo man Mehrkämpfe ausschreibt, aber daneben auch noch den Einzelkampf zuläßt.

Von den Mehrkämpfen, die sich ganz beliebig nach Turnart und Zahl zusammensetzen lassen, nennen wir die beliebtesten. Der Dreikampf wird meist gebildet aus je einer Form des Laufens, Springens und Werfens. Berühmt als vorzügliche, allseitige Erprobung der körperlichen Ausbildung ist der Fünfkampf, der den Hauptinhalt der altgriechischen Kampfspiele bildete. Die deutsche Turnerschaft vereinigt fünf volkstümliche Übungen und eine Freiübung zum Sechskampf und zweitens drei volkstümliche Übungen, acht Gerätübungen und eine Freiübung zum Zwölfkampf.

Mehr und mehr kommen die Mannschaftskämpfe in Aufnahme. Dabei wird die Leistung der einzelnen Gruppenglieder zu einer Gesamtleistung zusammengekommen, die mit der Gesamtleistung der anderen Gruppen verglichen wird. Das kann einfach rechnerisch geschehen, z. B. werden die Weitsprünge aller Gruppenmitglieder zusammengerechnet. Diese Art ist am wenigsten anregend.

Schöner sind die Übungen, bei denen sich die Einzelleistungen von selbst zur Gesamtleistung aufbauen. Beim Eilbotenlauf stehen die fünf Mann einer Gruppe je 100 m entfernt. Der erste läuft und übergibt dem zweiten, der sofort weiterläuft, ein Fähnchen usw. Nicht der Lauf des einzelnen wird gemessen. Wann der letzte ankommt, das gibt den Ausschlag. Dabei ist aber doch die gute Leistung des einzelnen von Wichtigkeit für das Gesamtergebnis, denn die geringe Leistung eines Schlechteren kann durch den vorzüglichen Lauf seines Nachfolgers ausgeglichen werden. Hier kann also auch der schwächere Turner am Sieg beteiligt sein. Das ist der außerordentliche Vorzug der Mannschaftskämpfe. Beim Tauziehen summieren sich die Einzelkräfte von selbst zu einer Gesamtkraft. Beim Kugelweitwurf wirft der zweite von der Stelle, wo die Kugel des ersten niedergefallen ist. Beim Gruppenzielwurf mit Handgranaten wird nach dem Wurf nachgesehen, wie viele Geschosse im Graben liegen.

Bei einer dritten Art gibt der Schlechteste den Ausschlag. Alle

springen z. B. über eine Schnur von 70 cm Höhe. Der Sprung gilt nichts, wenn auch nur einer herabreißt. Für einen Turner von Ehrgefühl ist es außerordentlich peinlich, die Niederlage der Mannschaft verursacht zu haben.

Nicht immer hat der Wettkampf diese ernstesten Formen. Bei Volksfesten sind humoristische Wettkämpfe beliebt. Wir erinnern an das Sachhüpfen und Topfchlagen, die wohl auf keinem Schulfeste fehlen als Reste einer reichen Auswahl solcher Übungen bei den Volksfesten des Mittelalters. Es ist kein Schade, daß die meisten verloren gegangen sind, denn es gehörte der Geschmack des Mittelalters dazu, sie schön zu finden. So mußte z. B. ein Reiter versuchen einer über ihm hängenden lebenden Gans, deren Hals mit Seife geglättet war, den Kopf abzureißen.

Für unsere Zeit sind verwendbar: der Dreibeinlauf zweier Turner, denen die inneren Beine zusammengeschnürt sind, der Eier-, Kartoffel- oder Lichterlauf, wobei ein ausgeblasenes Ei oder eine Kartoffel auf einem Löffel, oder ein brennendes Licht getragen wird, Stelzenlaufen, Wettlauf mit verbundenen Augen, Wettlauf mit Einfädeln einer Nadel, Wettlaufen mit Hudepack oder Schubkarrenschieben u. a.

Die Ermittlung des Sieges beim Wettkampf ist nicht ganz einfach, wenn die Zahl der Wettkämpfer eine größere ist. Man wendet dann das Ausscheidungsverfahren an. Wer z. B. für den 100 m-Lauf im Vorlauf mehr als 13 Sekunden braucht, scheidet aus, oder man läßt zu Vieren laufen, und nur die beiden ersten jeder Reihe kommen in den Endlauf, bzw. in den Zwischenlauf, sofern eine nochmalige Ausscheidung nötig ist.

Ungemein spannend war die Art, die beim griechischen Sünfkampf angewandt wurde. Von etwa 40 Weitspringern kamen die 20 besten zum Diskuswurf, davon die besten 10 zum Lauf, dann die 5 besten zum Speerwurf und nur 2 davon rangen endgültig um den Sieg. Aber die Art war ungerecht. Unter den zuerst ausgeschiedenen 20 Weitspringern konnte einer sein, der zwar in dieser Übung wenig leistete, der aber in allen anderen der beste war.

Es gilt also, die Leistung in allen Übungen zueinander in ein gewisses Verhältnis zu bringen, indem man sie durch Punkte ausdrückt, die addiert werden. Die Punktwertung erspart die Vorkämpfe und das Ausscheiden, und es ist am richtigsten, die Gemeldeten vom An-

fang bis zum Ende mitkämpfen zu lassen. Freilich verliert der Kampf mit Punktwertung das Volkstümliche. Der Sieg wird durch Rechnung gefunden, er springt nicht von selbst in die Augen wie beim Pentathlon. Für die Punktwertung stellt man meist schon vorher eine Leistungsskala auf, z. B. 4,10 m Weitsprung ergeben 1 Punkt, 4,20 m 2 Punkte usw. Unumgänglich ist die Punktwertung, wo die Leistung nicht mit dem Maße festgestellt werden kann, sondern in der Richtigkeit und Schönheit der Ausführung liegt, z. B. bei einer Redübung. Sie wird gewöhnlich vom Kampfrichter mit 1—10 Punkten „gewertet“. Bei der Punktwertung gelten diejenigen als Sieger, die überhaupt die meisten Punkte aufweisen, oder alle diejenigen, die eine gewisse obere Grenze erreichen. Sind z. B. 60 Punkte erreichbar, so werden gewöhnlich alle Leistungen über 40 Punkten mit dem Preise ausgezeichnet.

Alle Bestimmungen für die Wettkämpfe innerhalb der deutschen Turnerschaft sind in der Deutschen Wettturnordnung zusammengefaßt. Gash, Wettturnbüchlein; (Hesses Volksturnbücher, Leipzig).

Jedem Sieger seinen Lohn! sagt ein altes Wort. Hervorragend waren die Ehren- und die Wertgeschenke, die der olympische Sieger erhielt, unter anderem wurde seine Bildsäule aufgestellt. Dieser Sitte danken wir eine Reihe prächtiger Jünglingsgestalten, die bei den Ausgrabungen zutage kamen. Das Mittelalter setzte Geld, Tiere, Nahrungsmittel, Tücher nicht nur als Preis aus, sondern stellte diesen Preis so auf, daß man ihn beim Siege gleich mit den Händen fassen konnte, z. B. einen lebenden Hahn auf die Spitze des Kletterbaums. Beim Sport der höheren Kreise geht es nicht ohne Geld- und Wertpreise. Dadurch wird der Wettkampf vielfach zum Geschäft. Dem bescheidenen Sinn der Turner war es vorbehalten, im Ehrenzeichen des Eichenfranzes den einzigen Siegespreis zu sehen und sich damit zu begnügen. In neuerer Zeit ist vielfach eine schriftliche Urkunde über den Sieg und seine Art hinzugekommen.

Die Urkunde über die Leistung im Schulturnen ist die Turnzensur. Sie darf sich nicht nur auf den allgemeinen Eindruck gründen, den der Turnlehrer von der Leistung des Schülers hat, oder auf ein einmaliges Probeturnen. Sie soll sich vielmehr aus allen Leistungen, die nach einer Skala mit Punkten gewertet werden, ergeben.

Der Wettkampf hat die Höchstleistung, den „Rekord“, hervorgebracht. An ihm kann man seine Leistung messen und beurteilen.

Darin liegt sein Wert. Aber er hat auch eine Krankheit unserer Zeit, das Refordfieber, erzeugt, eine Überschätzung der körperlichen Leistung, die widerliche Formen angenommen hat.

Den größeren sportlichen Wettkämpfen pflegt eine sorgfältige Vorbereitung des Kämpfers voraus zu gehen. Man nennt sie das Training. Wir haben kein deutsches Wort dafür, es ist auch nicht auf deutschem Boden erwachsen, und im Turnen ist es nicht üblich. Bei dieser Vorbereitung sucht man einerseits die Muskulatur durch tägliche Übung, anderseits den Körper überhaupt durch bestimmte Ernährung und Lebensweise auf die höchste Leistungsfähigkeit zu bringen. Ausführliches gibt Müller, Die Leibesübungen (Leipzig, B. G. Teubner).

Besondere Anregung bieten regelmäßig wiederkehrende Wettkämpfe. Olympiasieger zu werden war das Streben der griechischen Jünglinge. Alle vier Jahre fanden diese Wettkämpfe zu Olympia statt. Daneben hatte man im alten Griechenland die Kampfspiele zu Delphi, Nemea und auf dem Isthmus von Korinth. Alle diese Kämpfe waren streng national. Trotzdem hat man vor einem Jahrzehnt „internationale“ olympische Kämpfe ins Leben gerufen, die bisher in Stockholm, London und San Francisco abgehalten worden sind. Studentische Wettkämpfe können, wie es scheint, nicht bestehen, wenn sie nicht den Namen „Akademisches Olympia“ tragen. Der Deutsche Kampfspielbund bemüht sich, deutsche Wettkämpfe am Völkerschlagdenkmale bei Leipzig in die Wege zu leiten. Die größten deutschen Wettkämpfe sind zurzeit die bei den deutschen Turnfesten, wo die Kämpfer zu Tausenden an Zahl antreten. Vaterländische Festspiele in mehreren deutschen Städten, Bergfeste, wie die auf dem Feldberg und Knivsberg, sind alljährlich wiederkehrende Veranstaltungen im engeren Kreise.

16. Hygienische Maßnahmen im Turnen.

Die erste und oberste aller turnerischen Hygieneregeln lautet: Turnen muß im Freien betrieben werden. Daß man dort die Übungen der Witterung anpaßt, ist selbstverständlich. Also: bei kühlem Wetter kein langes Stehen, bei großer Hitze keine stark anstrengenden Bewegungen!

Turnen in der Halle ist nur Notbehelf. Auch dafür ist die Halle staubfrei zu halten. (Schmidt, Staubschädigung in Turnhallen.) Deshalb sind auch die Matten gründlich zu reinigen und nur bei hohen

Niedersprüngen zu benützen. Als Schutz gegen Sturz sind sie nicht zu verwenden, da sie häufig erst das Fallen verursachen. Starkes Laufen und Stampfschritte sind in der Halle zu vermeiden, weil dadurch Staub aufgewirbelt wird.

Wichtig ist das Hilfegeben bei der Übung. Es soll nur ein Schutz gegen Fallen sein, nicht aber ein Hinaufhelfen aufs Gerät. Nicht immer und überall soll Hilfe gegeben werden. Die Übung muß allmählich so sicher werden, daß Hilfe überflüssig wird. Man darf nicht vergessen, daß die hilfegebenden Turner leicht durch den Turner verletzt werden können. Der Turnlehrer gibt in der Regel nicht selbst Hilfe, sondern beauftragt Turner, weil er die Übersicht über das Ganze behalten muß. Er wählt seinen Standplatz so, daß ihm letzteres möglich ist. Der beste Schutz gegen Unfälle beim Üben ist ein lückenlos aufsteigender Lehrgang.

Versäumnis in der Aufsicht und bezüglich der nötigen Maßnahmen zieht die gesetzliche Haftpflicht nach sich. Man lese darüber Edardt, Turnunterricht, S. 20f. nach. Beim Turnen Erwachsener ist die Haftpflicht gemindert, weil hier die Aufsichtspflicht wegfällt, aber die Haftpflicht des Unternehmers kommt verstärkend hinzu. Turnlehrer und Turnverein sollen ihrer Sicherheit wegen nicht versäumen, einer Haftpflichtversicherung beizutreten.

Ereignet sich ein Unfall, so ist sofort erste Hilfe zu leisten. Sie soll nur vermeiden, daß sich bis zur Ankunft des schnelligst herbeigerufenen Arztes das Übel verschlimmert. Sie soll aber nicht in ärztlichen Eingriffen bestehen. Dennoch muß der Turnlehrer oder Vorturner im Samariterdienst ausgebildet sein. Für das Studium der ersten Hilfeleistung benutze man eine der zahlreichen Schriften, z. B. v. Es-march, Die erste Hilfe (Leipzig, Vogel).

In folgendem seien eine Reihe kurzer Anweisungen zur Verhütung gesundheitlicher Schädigungen gegeben, wie sie erfahrungsgemäß am ersten vorkommen.

Man vermeide Turnen kurz nach der Mahlzeit, doch soll man auch nicht mit leerem Magen turnen.

Die Taschen der Kleidung sind vor dem Turnen vollständig zu entleeren.

Bei allen Übungen ist auf regelmäßiges Atmen zu halten, vor allem muß die sog. Pressung vermieden werden. Sie entsteht bei Kraftübungen, z. B. beim Gewichtheben, wenn nach der Ausatmung der

Atem angehalten wird. Es wird dabei der Rücklauf des Blutes ins Herz gehindert. Dieses wird blutleer. Beim Nachlassen der Pressung schießt dann die Blutwelle ins Herz und kann Herzdehnung hervorrufen. Bei Bruchanlage kann durch den Druck der Eingeweide auf die Bruchpforten eine Verschlimmerung des Übels eintreten.

Atemübungen sind überhaupt, besonders aber zur Beruhigung nach anstrengenden Übungen zu empfehlen.

Andauernde Kraftübungen erzeugen leicht Lungenblähung, also Maß halten!

Turnlehrer und Vorturner müssen ein Auge gewinnen für die Anzeichen der Anstrengung und Überanstrengung. Solche sind das Atmen durch den Mund, sofern nicht etwa üble Gewohnheit vorliegt. Das Rotwerden ist ein Zeichen der Anstrengung, das Bläßwerden ein solches für beginnende Herzer müdung. Überanstrengung ist eingetreten, wenn sich der Pulsschlag nach 20 Minuten nicht völlig beruhigt hat, wenn in den nächsten Tagen schon bei geringer Bewegung die Pulszahl stark ansteigt, ferner unruhiger Schlaf, geringer Appetit, Unruhegefühl und Stiche in der Herzgegend. Eiweiß im Harn, dauernde Gewichtsabnahme.

Lange Läufe sind zu vermeiden. Sie rufen neben den übrigen Erscheinungen der Überanstrengung auch nervöse Störungen hervor, die man bei kurzen Schnellläufen noch nicht beobachtet hat. Nach dem Sechstagerennen in New York und dem Dreitagerennen in Paris sind Irrsinnsanfälle eingetreten. Mancher wird nicht mit Unrecht annehmen, daß die Unternehmungen selbst schon solche Anfälle waren.

Seiten- oder Milzstechen rührt von Magenüberfüllung oder ungenügender Atmung her. Im letzten Falle genügen einige tiefe Atemzüge mit kräftigem Einstemmen der Hand an die schmerzende Stelle, um das Übel zu beseitigen.

Beginnender Plattfuß muß beobachtet werden. Die Turner sind mit der Spur des Normal- und des Plattfußes bekannt zu machen und anzuregen, ihre eigene Fußspur daraufhin zu prüfen. Bei Beginn des Leidens ist häufiger Zehengang zu empfehlen, auch Fußrollen, Fußheben und -senken sind wirksam.

Rückgratsverkrümmungen s. S. 39.

Leute mit Bruchanlage oder Bruch können bei Verwendung des Bruchbandes in der Regel mitturnen, doch muß bei ihnen Pressung (s. oben) ganz besonders vermieden werden.

Bei Blinddarmreizung ist Turnen auszusehen. Häufige Schmerzen in der rechten unteren Bauchgegend sind Anzeichen des Leidens.

Hitzschlag wird nicht durch hohe Außentemperatur allein erzeugt. In den Tropen werden 70° C Hitze ausgehalten, bei uns kommen schon Hitzschläge bei 37° C bei Behinderung des Schwitzens durch schwüle Luft oder ungeeignete Kleidung oder bei starkem Schwitzen ohne Wasserzufuhr vor. Man darf kaltes Wasser trinken, wenn die Bewegung fortgesetzt wird, also z. B. im Marsch. Am Abschluß einer Anstrengung, bei der Rast, soll man nicht sofort trinken.

Alkohol ist bei allen Leibesübungen zu meiden.

Die Geräte müssen öfters auf ihre Haltbarkeit und ihren guten Zustand durchgesehen werden. Schlißredeinrichtungen dürfen nie ohne Sicherung verwendet werden.

Unter der Turnerschar muß Ordnung und Zucht herrschen. Gehen und Stehen in den Anlaufbahnen, Herumrennen, während andere in der Nähe am Gerät turnen, ist zu verbieten.

III. Die Turnarten.

Bei der Einteilung des Turnstoffes in einzelne Arten von Übungen gingen Jahn und Eiselen in ihrer Deutschen Turnkunst im wesentlichen von den Lebensformen aus. Sie gliedern in Laufen, Gehen, Springen, Werfen usw. Allerdings werden auch schon die Reck- und Barrenübungen nach den Geräten genannt. Vermutlich war man sich damals über das Wesen dieser Übungen noch nicht klar.

Von dieser Teilung ließ man in der Folgezeit das Gute fallen und baute das Mangelhafte aus. So kam man zu dem bekannten, noch heute herrschenden System. Es geht von einer reinen Äußerlichkeit, von den Geräten, aus und gliedert sich in 1. Ordnungsübungen, 2. Freiübungen, 3. Gerätübungen, und diese wieder in Reck-, Bod-, Pferdübungen usw. Man fügte später hinzu 4. Volkstümliche Übungen, 5. Spiele, ohne damit dieses oberflächliche und widerspruchsvolle System wesentlich zu verbessern, das nur die gedankenlose Bequemlichkeit für sich hat.

Seine Mängel mochte schon der in seiner Art geniale J. C. Lion empfinden, und er versuchte 1862 eine Einteilung nach der körperlichen Betätigung. Dieses System war etwas verwickelt, und der Versuch wurde nicht weiter ausgebaut. Erst in neuerer Zeit hat ihn Gajch wieder aufgegriffen.