Sport : eine sozialhygienische Forderung

Autor(en): **Meier, Marcel**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **18 (1961)**

Heft [11]

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-990848

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

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

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Sport – eine sozialhygienische Forderung

Arbeits- und Lebensweise weiter Volks- und Berufskreise haben sich in den letzten Jahrzehnten grundlegend geändert. Der grösste Teil unserer Bevölkerung, der früher auf dem Lande lebte, ist heute in städtischen Mietskasernen eingepfercht. Noch vor wenigen Jahren hatten die Kinder zu Stadt und zu Land genügend Raum, um sich zu tummeln und zu spielen. Heute sieht unsere Jugend ihren Drang nach körperlicher Betätigung eingeengt: Die Strassen kommen als Spielplatz nicht mehr in Frage und unsere städtischen Plätze strotzen vor Verbotstafeln. (Groll)

Hinzu kommt die immer mehr um sich greifende Motorisierung und Technisierung unseres Lebens. Mopeds, Motorräder, Autos, Lifts und andere mechanische Fortbewegungsmittel treten an Stelle der Bewegung aus eigener Kraft. Die Zahl der Menschen, die in grossen Betrieben, Laboratorien, Fabriksälen und Ateliers arbeiten, wird stets grösser. Die Tätigkeit, die sie verrichten, ist oft eintönig und abstumpfend. Die manuelle Arbeit wird durch Maschinen und Automaten ersetzt, die Arbeitsvorgänge werden immer einschneidender rationalisiert.

Wie die in ihrem Bewegungsdrang stark eingeengte Jugend, so drängt auch der in den modernen Arbeitsprozess eingezwängte Mensch zu einem Ausgleich; es drängt ihn hinaus an die frische Luft, an die Sonne, ins und aufs Wasser, in die Berge, auf den Schnee oder auch in die Stille sonnendurchwobener Wälder.

Der Sport — als typisches Kind unserer Zeit — ist daher Antwort auf die Verstädterung und Industrialisation, er kommt dem Drang nach körperlichen Betätigung in Luft, Licht und Wasser entgegen, er ist es, der den notwendigen Ausgleich schafft. Der Sport ist in unserer hyperkultivierten Welt eine Erscheinung, die noch am weitesten davon entfernt ist, von der trostlosen Barbarei unserer Hyperzivilisation (R. Morgenthaler). Der Sport ist nach Arnold Kaech der natürliche Impfstoff gegen die Folgen der Bewegungsarmut unserer technisierten Zeit. Er erfüllt daher eine wichtige sozialhygienische Funktion. Dieser Impfstoff wirkt allerdings nur bei aktiver sportlicher Betätigung. Das Bedürfnis nach einem Ausgleich ist in weiten Kreisen vorhanden. Vorläufig fehlen aber noch die geeigneten Gelegenheiten, die entsprechenden Anlagen sowie eine genügende Anzahl fachkundiger Lehrer.

Solange Kinder und Jugendliche unsere öffentlichen Schulen besuchen, werden sie in den Turn- und Sportstunden zum Teil genügend, da und dort aber auch ungenügend körperlich ertüchtigt und geformt. Nach Schulaustritt übernehmen zum Teil der freiwillige turnerisch-sportliche Vorunterricht sowie die Turn- und Sportverbände die Aufgaben der Schule. Trotz dieser Möglichkeiten stehen aber immer noch viel zu viele passiv beiseite. Den einen passen Vereinsstruktur-, -formen und -verpflichtungen nicht, den andern fehlt der Mut, den ersten Schritt wieder zu tun, weil sie glauben, den Anschluss verpasst zu haben und ein recht grosser Prozentsatz der Abseitsstehenden ist einfach zu bequem; es fehlt ihnen der Reiz, der Ansporn, die Gelegenheit vor der Tür. Wie sehr sich eine Ausweitung der körperlichen Ertüchtigung und des Sportes aufdrängt, machen folgende Tatsachen deutlich:

1. Der Haltungszerfall bei der Jugend wird immer grösser. Prof. Kraus stellte in Amerika fest, dass 57,9 % der amerikanischen Großstadtjugend als bewegungsschwächlich bezeichnet werden muss. Prof. Kohlrausch fand 1952 in den Göttinger Schulen 70 bis 80 % sonderturnbedürftige Kinder. In Köln registrierte man in den Schulen 75 % Kinder mit Haltungsschäden und -schwächen. Aehnliche Zahlen wurden aus England und anderen Staaten gemeldet. Auch bei uns häufen sich Haltungsschwächen und Deformationen mehr und mehr.
2. Die Zivilisationsschäden bei Erwachsenen nehmen ständig zu, die zu einem grossen Teil auf die stets mehr eingeengte körperliche Betätigung zurückzuführen sind. Denken wir nur an: Verfettung, Kurzatmigkeit, mangelnde Beweglichkeit, Zirkulationsstörungen, Rheumaerkrankungen, Wirbelsäuleschwächen und -schäden, Managerkrankheit usw.

Um all diesen Zivilisationsschäden entgegenwirken zu können, braucht es den grosszügigen Ausbau der Leibesübungen an den öffentlichen Schulen (tägliche Bewegungsstunde), die Einführung von Turnen und Sport an den Berufs- und Gewerbeschulen sowie der Hochschulen, die Schaffung öffentlicher Gemeindesportanlagen und Quartiersportplätzen, auf denen von der Gemeinde angestellte Sportlehrer zur Verfügung stehen; braucht es ferner den Ausgleich der körperlichen Ertüchtigung in den militärischen Schulen und Kursen. An unseren Kur- und Ferienorten sollte der Sportbetrieb in dem Sinne ausgebaut werden, dass täglich die Möglichkeit besteht, an Morgenläufen und an Gymnastikstunden teilzunehmen. Es sollten auf entsprechenden Anlagen Spiel- und Sportstunden organisiert werden; weiter gehörten in das Programm Orientierungsmärsche und -läufe sowie Wanderungen.

Um diesen grob skizzierten Sportbetrieb ausbauen zu können und damit er dann auch richtig und fachkundig geleitet wird, benötigt es ferner gut ausgebildete Sportlehrer.

Dem obigen Ausbauprogramm kann entnommen werden, wie vielseitig ein Sportlehrer eingesetzt werden kann und in wievielen Gebieten man seiner bedarf. Da die körperliche Ausbildung grundsätzlich individuell geschehen soll, auch wenn sie im Gruppenunterricht erfolgt, werden an den Lehrer grosse und vielseitige Anforderungen gestellt. Der Lehrer muss u. a. fähig sein, bei der Zumessung der Uebung Alter, Geschlecht und Körperzustand zu berücksichtigen, d. h. der Sportlehrer muss jedem einzelnen sein Mass zuteilen, auch dann, wenn er ihn in einer Gruppe üben lässt (C. Diem). Gerade das Turnen mit Leuten im Entwicklungsalter sowie mit all denen, die das 35. bis 40. Altersjahr überschritten haben, verlangt sichere methodische und technische Kenntnisse, Einsicht in die Anatomie und Physiologie, Hygiene und der biologischen Entwicklungsphasen sowie gutes psychologisches Verständnis. Nur ein diesbezüglich gut geschulter Fachmann kann auf dem Gebiete der Leibesübungen fehlerlos wirken. Beim Dilettanten, mag er noch so gut und eifrig sein, besteht die latente Gefahr, dass er aus Unkenntnis der speziellen biologischen Situation des Einzelnen Schaden stiftet.

Leibesübungen sind heute eine biologisch-hygienische Forderung, weil bei unseren städtischen Arbeitsverhältnissen und unserer großstädtischen Lebensart eine biologisch günstige Entwicklung nicht mehr gesichert ist. Wenn körperliche Fehlentwicklungen in der Jugend, Frühschäden, frühzeitiges physiologisches Altern sowie Invalidität und Krankheit vermieden oder zum mindesten hinausgeschoben werden sollen, müssen die Möglichkeiten, täglich Leibesübungen zu betreiben, ausgebaut und ferner dafür gesorgt werden, dass fachlich ausgebildete Lehrkräfte zur Verfügung stehen.

Regelmässig betriebene, den Altersstufen angepasste Leibesübungen treten der Degenerierung des Körpers entgegen, gehören also zu den wichtigsten prophylaktischen Massnahmen, die zur Hebung der Volksgesundheit beitragen.

Marcel Meier