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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 23 (1966)

Heft: 2

Artikel: Die Leistung im Jugendsport

Autor: Meier, Marcel

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-990967

Nutzungsbedingungen

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

Conditions d'utilisation

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

Terms of use

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

Download PDF: 02.07.2025

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

gungen und Anforderungen eines intensiven Leistungstrainings zu unterwerfen. Die dabei erwachsenden Trainingspflichten nimmt er mit einer geradezu ethischen Rigorosität ernst.
Hinzu kommt, dass der Jugendliche nunmehr befähigt ist für das geistige Erfassen kausaler Begründungen von Trainingsvorschriften. Er begnügt sich jetzt nicht mehr mit dem blossen Befolgen von Anweisungen, sondern fragt nach dem «Weshalb» solcher Hinweise.
4. Ein viertes Problem fordert noch zu einer grundsätzlichen Stellungnahme heraus, nämlich die im Verlaufe der letzten Jahrzehnte immer stärker hervortretenden Akzelerationserscheinungen. Mit dem Begriff «Akzeleration» fasst man die Tatsache
a) der Verfrühung des Starts der geschlechtlichen Reifung
b) der Beschleunigung des biologischen Reifungsprozesses
c) des verstärkten Längenwachstums der heutigen Jugend zusammen.

Obgleich wir über die Ursachen der Akzeleration nur wenig wissen, wird sie überwiegend als eine Fehlentwicklung gekennzeichnet, was jedoch zweifellos eine unzulässige Verallgemeinerung darstellt. Unter den Akzelerierten befinden sich zwar viele Jugendliche, die ein abnormes Längenwachstum bei gleichzeitigem unterentwickelten Breitenwachstum aufweisen. Häufig steht auch deren vorgeschrittene körperliche Reifung in einem offenkundigen Missverhältnis zu ihrer nachhinkenden geistigen Reife. Gerade die akzelerierten Jugendlichen, mit denen wir es im Leistungssport zu tun haben, zeigen jedoch in weitaus überwiegender Zahl ein ausgewogenes Längen- und Breitenwachstum und eine unverkennbare Synchronie der körperlichen und seelisch-geistigen Reifungszüge. Solche harmonisch akzelerierte Jugendliche können im Training ohne Vorbehalte so angefasst werden, wie es ihrem biologischen Reifezustand entspricht, und auch dann, wenn ihr kalendarisches Alter auf eine geringere Belastungsfähigkeit verweisen würde.
In Erzieherkreisen wird der Ernst, mit dem man sich in den Organisationen des Deutschen Sportbundes um die sportliche Leistungsförderung der Jugendlichen bemüht, gern als übertrieben angeprangert. Gerade die an den Schulen und Hochschulen für die Erziehung Verantwortlichen sollten jedoch bedenken, dass das Leistungsstreben wesenhaft zur Seinsverfassung des menschlichen Daseins überhaupt gehört. Ein Jugendlicher aber, der sich den harten Anforderungen eines Leistungstrainings unterzieht, erlangt nicht nur schnellere Beine, kräftigere Arme oder ein leistungsfähigeres Herz, sondern er wird zugleich in seiner geistigen Haltung und Lebenseinstellung geformt. Es bedeutet daher keineswegs eine Überheblichkeit, wenn wir vom Leistungssport Jugendlicher behaupten, dass er einen hervorragenden, aber leider noch nicht genügend gewürdigten Weg zur Persönlichkeitsbildung darstellt.

Auszug: Aus einem Referat anlässlich der Jahrestagung des Bundesausschusses zur Förderung des Leistungssports in in Duisburg-Wedau.

Die Leistung im Jugendsport

Marcel Meier

Wenn im folgenden von Turnen und Sport die Rede ist, möchte ich darunter lediglich die «Leibesübungen» verstanden wissen. Was wir im Jugendsport und auch im Schulturnen betreiben, ist Leibeserziehung. Und Leibeserziehung ist Gesamterziehung vom Körper her, das heisst, der Körper ist Angriffspunkt des erzieherischen Handelns; die Entfaltung der Gesamtpersönlichkeit als psychophysische Einheit ist das Ziel. (Groll)
Trotz der prinzipiellen Bejahung, darf die Leistung nicht einfach bedenkenlos in den Mittelpunkt des Schulturnens und des Jugendsportes — resp. der Leibesübungen — gestellt werden.
Dies gilt nicht nur für die biologische Seite, sondern ebensosehr für die pädagogische.
«Die Leistung», so schreibt der bekannte Wiener Pädagoge Prof. Deschka, «steht im Mittelpunkt unseres Schulturnens. Vielfach wird jedoch von Turnfachleuten und Ärzten so eindringlich vor den körperlichen und seelischen Gefahren übertriebener Leistungsanforderungen und vor Wettkämpfen gewarnt, dass viele Lehrer in Unkenntnis der Grenzen zwischen optimaler und überspitzter Leistung den Wert der hohen Leistung bezweifeln. Sie setzen dann, aus Angst der Gesundheit der Schüler zu schaden, oder manchmal auch, weil eine solche Anschauung ihrer Bequemlichkeit entgegenkommt, das Leistungsziel weit unter die optimale Grenze und ihr vorsichtiges Turnen ohne Wettkämpfe, ihr harmloses Spiel bleibt weit unter der notwendigen starken Reizentfaltung.
Jedes gesunde Kind, jeder nichtangekränkelte Jugendliche strebt anfangs triebhaft, später bewusst nach Leistungssteigerung und dem sich daraus entwickelnden Wunsch nach Leistungsvergleich. Dieses Streben erfüllt mehr oder weniger stark sein Seelenleben. Will der Lehrer dieses verstehen, muss er selbst praktisch die systematischen Wege einer Leistungssteigerung kennengelernt und das aufwühlende Ereignis eines Wettkampfes erlebt haben.
Ein solcher Lehrer hat auch selbst die Charakterbildung, die durch ein willenskraftförderndes, entbehrungsreiches Leistungsstreben erzogen wird, erfühlt, er wird es als wertvolle Erziehungshilfe anerkennen und eventuell entstehende Gefahren leicht abstellen können.»
Leibesübungen sind also ein durch nichts zu ersetzendes Mittel der Erziehung und Charakterbildung, weil sie «Lebensbejahung und Lebensfreude, Kraftbewusstsein, Selbstsicherheit, Mut, Entschlossenheit, Selbständigkeit und Freiheit im Handeln, den Willen zum Ertragen von körperlichen Anstrengungen und Schmerzen ebenso vermitteln und schulen können, wie Hilfsbereitschaft, Opferbereitschaft und freie Einordnung in die Gemeinschaft». (Winter)
Für das sittliche Leben der Jugend ist es nur wertvoll, wenn der Wille zur Selbstüberwindung, zur körperlichen Reinheit und darüber hinaus zur Wahrhaftigkeit und Ritterlichkeit, zu taktvollem Benehmen, zum Anstand in der Gemeinschaft auch durch die Leibeserziehung geweckt und gefördert wird. (Groll)
Carl Diem sieht die tragende Bedeutung des Sportes für das Jugendleben in drei Aufgaben lebendig: «1. In der Mithilfe an der Selbstwerdung der Persönlichkeit; 2. in der Lehre des rechten Handelns (Tatschulung) und 3. im Beitrag zur Idealbildung. Dabei entdeckt er für den Weg der Erziehung über die körperliche Bewegung die drei wichtigsten Stationen: das Erlebnis von Erfolg und Misserfolg im Spiel — das Erlebnis erster Konflikte mit Umwelt und Mitmenschen — das Erlebnis der Pflicht. Dabei benennt er als Kern der Aufgabe aller Leibeserziehung den Willen, ja, die Leidenschaft, die Selbstvollendung zu wecken und zu härten.»
Zum Thema der Charakterschulung durch den Sport schreibt Prof. Möckelmann: «Die vom ‚common sense' geleiteten englischen und amerikanischen Pädagogen haben für die praktische Erziehung auf dem Spielplatz weit mehr Verständnis als wir. Sie wissen, dass Jungens, die es von Jugend auf gelernt haben, nach den Spielregeln des fairen, sportlichen Kampfes zu

leben und sie zu achten, sich auch als Erwachsene im politischen Leben an die Regeln und Gesetze der menschlichen Gemeinschaft halten werden. Welcher Wertschätzung sich die Charakterbildung im angloamerikanischen Leben erfreut, und dass sie dort nicht hinter die Bildung des Intellektes zurücktritt, zeigen die Worte Theodor Roosevelts: ‚Charakter ist für die Rasse wie für das Individuum weit wichtiger als der Intellekt. Wir brauchen den Intellekt und nichts spricht dagegen, dass Intellekt und Charakter verbunden sein können; müssten wir aber zwischen beiden wählen, so wählten wir, ohne einen Augenblick zu schwanken, den Charakter'.»

Die gewöhnliche Schulerziehung bietet oft zu wenig Gelegenheit zu charakterlicher Bewährung, sie hat zu wenig Möglichkeiten, den heranwachsenden Menschen von früh an in die Verantwortung zu stellen. Um so wichtiger sind Mannschaftskämpfe und sportliche Wettkämpfe in Schule und Jugendorganisationen.

Wenn wir von sportlichen Wettkämpfen und Spielen sprechen, dann ist dabei — und ich kann das nicht genug betonen — nur an den Wettkampf in einer veredelten und einer sittlich-geistigen Zucht unterworfenen Form gedacht und nicht an die Bilder, die uns in erschreckender Deutlichkeit vor Augen führen, wie sich der Kampftrieb — einer der Urtriebe aller Lebewesen und auch des Menschen — auswirken kann. Ich denke da an den Pseudosport mit all seinen hässlichen Erscheinungen und Auswirkungen. Der Pseudosport darf uns aber nicht veranlassen, den Wert des vernünftigen Wettkampfes als Erziehungsmittel zu verkennen. Ihn nur wegen der ihm möglicherweise innewohnenden Gefahren abzulehnen, würde gleichbedeutend mit feiger Resignation sein, für die auch unsere heutige Jugend kein Verständnis hat. Die Leistung ist also ein integrierender Bestandteil jedes Sportes und aus ihm nicht wegzudenken. Jeder Versuch, so führte Prof. Dr. Prokop einmal aus, den Leistungsgedanken aus dem Sport zu entfernen, würde eine Entwertung des Sportes darstellen, denn schliesslich ist Gesundheit letzten Endes auch nicht der Zustand, bei dem einem gerade nichts fehlt, sondern gleichzusetzen mit guter Leistungsfähigkeit.

Da nun aber viele Jünglinge, die mit konstitutionellen Schwächen und Mängeln behaftet sind der Leistung im Sport wegen Minderwertigkeitsgefühlen oder aus Resignation heraus den Rücken kehren, scheint es mir vom erzieherischen Standpunkt aus äusserst wichtig zu sein, bei den Leistungsanforderungen individuell vorzugehen.

Sachlich und psychologisch ist es daher falsch — eine Tatsache, auf die unter anderen auch schon Schohaus hinwies —, ein bestimmtes Leistungsniveau für eine bestimmte Altersstufe als allgemeinverbindlich festzulegen. Sachlich falsch vor allem deshalb, weil Anlagen und Neigungen zu turnerischen und sportlichen Leistungen nun einmal ungemein verschieden sind. Hüten wir uns auch im Sport vor Gleichschaltungen, die sich für einen Teil der Jugend als Vergewaltigung auswirken müssten. Denken wir an Pestalozzis Mahnung: «In meiner Schule wird nicht ein Kind mit dem andern Kind verglichen, sondern jedes Kind mit sich selbst.»

Der bekannte Jugendfachmann Dr. med. Hoske äusserte sich zu diesem nicht unwichtigen Problem wie folgt: «Für den gesunden Jugendlichen hat man bezüglich Leistungsaufbau sein Streben nach Geltung, seinen gesunden Ehrgeiz, seine reine Freude an der Leistung als die starken Triebfedern erkannt und daraus für die Erziehung den methodischen Weg entwikkelt. Seine Grundlage bietet dabei auch der Wettkampf: mit sich, mit anderen, mit Raum und Zeit. Der Wettkampf ist notwendig zur vollwertigen Ausbildung des Menschen. In ihm ruhen die Anregungen zur Entwicklung wichtiger menschlicher Fähigkeiten und Persönlichkeitswerte. Der Wettkampf ist Bewährungsprobe. Völlig verfehlt wäre es aber, wollte man den leistungsgestörten Jugendlichen (dasselbe gilt m. E. auch für den Konstitutionsschwachen) in gleicher Weise betreuen. Sein vermehrtes Geltungsbedürfnis erleidet beim Erkennen seiner unzureichenden Leistung einen empfindlichen Stoss. Er verliert das Vertrauen zu sich (und anderen), fürchtet eine Wiederkehr dieses Vorganges und hat — Angst. Aus diesem Zwangslauf vermögen sich nur die wenigsten selber zu befreien. Sie gebrauchen eine echte, selbstlose, menschliche Hilfe. Die Gesundung liegt in der Wiedergewinnung des Vertrauens, im Vertrauen zu sich selbst. Der Freund — der Erzieher, also in unserem Fall der Turn- und Sportlehrer — ist ihm dazu die Brücke. Der Schüler muss ein so sicheres Vertrauen zu ihm fassen können, dass er sich ganz und gar auf ihn verlassen kann, aber nur so lange, bis er sich selber wieder zu helfen vermag. Aus diesen Gründen, so schreibt Hoske weiter, sind alle Leistungsvergleiche zu vermeiden.»

Zwei Punkte scheinen mir wichtig:

1. Die Leistung im Lichte der Charakterschulung.
2. Die Forderung nach individuellen Leistungsanforderungen, besonders bei der leistungsgestörten Jugend.

Wesentliches Ziel der Leibesübungen ist die Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit. Das Hinarbeiten auf optimale Leistungen — was nicht identisch ist mit Rekordsucht — hat enorme Bildungswerte. Unter optimaler Leistung verstehen wir «eine den individuellen Anlagen gemässe und unter Wahrung der Gesundheit erreichbare Höchstleistung». (Groll) Anstrengung muss sein, ohne sie ist keine Entwicklung möglich. Nur müssen die Anforderungen der individuellen Situation (biologisch und psychisch) angepasst werden.

Zum Schluss sei noch das pädagogische Ziel, das wir durch den Sport erreichen wollen, kurz umrissen. Carl Diem hat es in seinen zehn Geboten des Sportes wunderbar zusammengefasst:

1. Treibe Sport um des Sportes willen, ohne Eigennutz und Ehrsucht, treu den Regeln und treu Deinen Freunden, stark-sein gehört zu gut-sein.
2. Übe folgsam und beharrlich, pflichtbewusst und freudig; so lange Du lebst, bist Du übungsfähig.
3. Setze im Sport Deine Kraft ein, aber lasse den Sport Begleitmelodie und nicht Inhalt des Lebens bleiben.
4. Gebe niemals auf, nicht im Training und nicht im Kampfe, aber aller Sport ist nicht eine Stunde Kranksein wert.
5. Weiche keinem Kampfe aus, verzichte ritterlich auf jeden zufälligen Vorteil, erstrebe statt des Beifalls der Zuschauer das Lob Deines Gewissens.
6. Suche den stärksten Gegner und achte ihn als Deinen Freund.
7. Siege mit Stolz und ohne Prahlen, verliere mit Würde ohne Entschuldigung oder Murren; wichtiger als Sieg ist die Haltung.
8. Folge wortlos dem Schiedsrichter, auch wenn er zu irren scheint.
9. Der erste Glückwunsch gelte Deinem Besieger, der erste Dank dem Unterlegenen; für Dich oder Deine Mannschaft darf es immer nur einen Wunsch geben: möge immer der Beste gewinnen.
10. Halte Dich rein an Körper, Geist und Gesinnung; leg Ehre ein für Dich, Deinen Verein und Dein Land.

Wenn wir unsere Bemühungen darauf ausrichten, die Jugend zum Sport und gleichzeitig durch den Sport im Sinne dieser zehn Gebote zu erziehen, geben wir ihr wesentliches mit auf ihren Lebensweg. Ohne Leistungsanforderungen — auch wenn sie individuell angepasst sind — können diese Ziele aber unmöglich erreicht werden.