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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 10 (1953)

Heft: 9

Artikel: Psychologische Aspekte im Sport [Fortsetzung]

Autor: Misangyi, O.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991227

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: 14.07.2025

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

Psychologische Aspekte im Sport

Dr. O. Misangyi, St. Gallen

VI.

Persönlichkeit des Sportlehrers

Was gehört denn alles zur Persönlichkeit eines Sportlehrers? Viel, sehr viel... Wir versuchen nun in knappester Form und bunter Folge eine Zusammenstellung der an seine Persönlichkeit gestellten Anforderungen zu geben, die zwar lang, aber trotzdem nicht vollkommen und komplett ist:

Von grundlegender Bedeutung für den Sportlehrer ist die **Kompetenz** und die Fähigkeit, sein **eigenes Können und Wissen richtig einzuschätzen.** Andererseits muss seine Zuständigkeit auch von den Schülern voll und ganz anerkannt sein. Diese Anerkennung muss selbstverständlich durch erfolgreiche Arbeit im praktischen Leben verdient werden.

Der Sportlehrer muss **Hingabe und Begeisterung** für die Sache aufbringen, seine Schüler müssen sehen und merken, dass er über diese beiden wichtigen Eigenschaften verfügt. Zugleich ist aber die **Fähigkeit** wichtig, diese wertvollen seelischen Gaben auf seine Schüler **übertragen zu können.**

Wir haben schon oft Trainer mit wenig Kenntnissen gesehen, die doch erfolgreich waren, nur weil sie die angedeuteten Fähigkeiten besassen, einen Enthusiasmus zu entfesseln, der alle Hindernisse hinwegschwemmt. Im Gegensatz dazu erreicht manchmal der Trainer mit grossen, aber nur technischen Kenntnissen sehr wenig.

Bescheidenheit ist eine Eigenschaft, mit der der Trainer seine Schüler für sich gewinnen kann.

Gleichmässigkeit, Beständigkeit und Konsequenz sind wertvolle Helfer und hängen ab von Temperament und Charakter. Ueber diese Eigenschaften verfügt man eher in fortgeschrittenem Alter.

Geduld, ständige Ruhe, keine Nervosität, nie zürnen, nie erregt sein, nicht explodieren. Wer das hätte oder könnte! Doch nur mit ständiger Ruhe gewinnt man Einfluss über andere. Die Anlage zum Zorn muss durch Selbstbeeinflussung und **Selbsterziehung** bekämpft werden.

Aktivität, Energie, ständige Bereitschaft mitzumachen, zur Verfügung zu stehen, zu helfen, zu trainieren, Briefe zu beantworten sind notwendige Forderungen an den Sportlehrer.

Mut und Kühnheit — Ein «Schuss» davon muss vorhanden sein.

Systematisches Vorgehen — Die Arbeit muss planmässig, methodisch, nach zweckbestimmten Grundsätzen aufgebaut sein (z. B. in allen Teilen: Vom Leichten zum Schweren!).

Extreme vermeiden! Der Sport darf nicht zum alles ausschliessenden Lebensinhalt werden. An einem Trainingsabend 10 x 400 m zu laufen, ist z. B. ein Extrem und Unding ersten Ranges.

Gerechtigkeit — Vergessen wir nie: Unrecht leiden ist besser, als Unrecht tun.

Sicherheit in Urteil und Benehmen — Das setzt natürlich Intelligenz, aber noch mehr viel Sachkenntnis und ständige Selbstkontrolle voraus.

Keinen Eigensinn! Hat man erkannt, dass eine Kombination falsch war, dass ein Fehlschlag unvermeidlich ist, so hält man als Persönlichkeit nicht eigensinnig an seinem Plane fest, sondern gibt ihn auf und verschmerzt den Verlust. Ein solches Verhalten schadet dem wirklichen Prestige nicht.

Intelligenz, intellektuelle Kraft und allg. Kultur — Der Trainer sollte Gedankenquelle seiner Schüler sein, er soll fähig sein, eine geistige Oede aufzuheben. Intelligenz umfasst alle Fähigkeiten, die nicht ins Gebiet des Willens oder des Gemütlebens fallen, also: Auffassung, Begreifen, Begriffsbildung, Urteilen, Kritik, Entschluss usw. Intelligenz besteht auch in der geistigen Anpassungsfähigkeit für neue Aufgaben und Bedingungen, und die Arbeit des Trainers verlangt dies sehr oft. Grosse Intelligenzleistungen sind dort nötig, wo sich der Trainer in einer neuen, unbekannten Lage befindet, wo nur schöpferisches Denken hilft.

Genaue Kenntnisse der Regeln und Vorschriften sind selbstverständliche Voraussetzungen.

Tiefensinn — Um die Gründe der einzelnen Erscheinungen zu erkennen, ist er ein willkommener Helfer.

Wichtiges vom Unwichtigen unterscheiden — Beim Diskuswerfen z. B. ist nicht die Form des Vorschwunges entscheidend, viel wichtiger ist, dass der Weg des «Auswurfes» von tief hinten bis vorn-oben möglichst lang ist (Newtons Prinzip). Gerade auf diesem Gebiet werden sehr viele Fehler gemacht.

Voraussehen können — Nehme ich als 800-m-Läufer am Tell-Stafettenlauf teil, muss ich damit rechnen, durch den 2—4 km langen Lauf (aufwärts) an Schnelligkeit, Bewegungsrhythmus etc. viel einzubüssen.

Sorge um das allgemeine Wohl — Der Trainer muss alles sehen, an alles und oft auch für alle denken. Er muss allumsichtig sein.

Neue Wege — In verschiedenen und veränderten Lagen muss man neue Wege, neue Techniken, neue Stile finden. Das Verhalten des Gegners, Boden-, Wetter- usw. Verhältnisse zwingen die Umstellung. Besonders wichtig bei Spielen.

Persönliche Teilnahme — Man muss sich mit den persönlichen Problemen des Schülers beschäftigen. Dass der Schüler traurig, lustlos oder voll Sorge ist usw. darf nicht übersehen werden. Der Trainer muss für solche Dinge Interesse und Beileid zeigen, sie mit Verständnis und Herz verfolgen, Ratschläge erteilen und den Schüler moralisch und seelisch unterstützen.

Ständig lernen und studieren — Die Methoden anderer sollen ebenfalls studiert werden, allerdings ohne sie gedankenlos nachzuahmen. In dieser Beziehung werden leider immer wieder Fehler gemacht.

Klarheit und Eindeutigkeit in Vorschriften, Ausdrükken und Erklärungen. Also keine komplizierte, unverständliche oder zu wissenschaftliche Ausdrücke; keine Scheinwissenschaft, mit der der Mangel an klaren Gedanken und an präzisen Kenntnissen verschleiert wird.

Keine Geheimnistuerei, keine geheimnisvollen Methoden — Solche gibt es gar nicht. Es kann sowieso nur ein, auf den Naturgesetzen aufgebautes Training zum Ziel führen. Der Magier gehört nicht zum Wesen der Erziehung.

Takt, Gefühl und Feinheit — und zwar nicht nur für Meister und Internationale, sondern auch für Anfänger, denn diese haben ebenso Ziele, Gefühle und Wünsche. Wir müssen in jeder Hinsicht

psychologisch vorgehen und die Uebungsziele mit dem inneren Wunsch des Wettkämpfers, des Spielers zu verschmelzen versuchen.

Humor — Er findet das Gute im Schlechten, das Tröstliche im Leid, das Versöhnende im Zorn und das Lachende im Mühsamen. Gewisse Verstösse gegen die gute Ordnung kann man besser mit einem Scherz, als mit einer Strafe aus der Welt schaffen. Aber das heitere Wort darf nicht Hohn, darf nicht verletzend sein.

Sympathie- und Antipathieerklärungen vermeide man nach Möglichkeit.

Selbstbeobachtung und Selbstkontrolle seien als tägliches Brot reichlich bemessen.

Fremdbeobachtung — Sie darf nicht durch Ressentiments oder andere störende Gefühle beschattet werden.

Oberflächliche Urteile — Diese sind unter allen Umständen zu vermeiden.

Abhärtung — Lehren wie man die Schwierigkeiten, die Unannehmlichkeiten, die Härte des Trainings, des Wettkampfes und des Spieles erträgt.

Gelten lassen — Man muss auch andere Methoden, Einstellungen usw. würdigen. Es gibt nicht selten Trainer, die nur ihr eigenes System gelten lassen wollen. Das gilt natürlich für sich befehdende Sportarten und Organisationen auch!

Individualität — Diese muss erkannt und dementsprechend Arbeit und Methode festgesetzt werden. Das Wort Individualität bezeichnet die Tatsache, dass kein Mensch dem anderen gleich ist. Jeder Sportler ist ein einzigartiges, niemals und nirgends zum zweitenmal vorkommendes Wesen. Der Trainer muss seine Schüler genau kennen lernen und dann dementsprechend handeln, führen und trainieren. Das ist ein allererstes Trainings-Prinzip!

Anpassen! Der Trainer muss die Sprache suchen, die der Schüler versteht. Ein optisch arbeitender Trainer ahnt z. B. die Schwierigkeiten nicht, wenn er seine Anweisungen einem Nichtvisuellen allein durch «Vormachen» geben will. Wenn der nicht visuelle Typ die Bewegungen über das gesprochene Wort — z. B. begleitet mit Beispielen der Mechanik — besser versteht, dann soll der Trainer diese Erläuterungsweise benützen.

Wahrhaftigkeit — Wir dürfen nur das für wahr ausgeben, von dem wir wirklich wissen, dass es wahr ist. Bessere Zeiten angeben, z. B. als gelaufen worden sind, ist in keinem Fall angängig. Der Schüler merkt bald ob wir wahr sind. Sieht er das Gegenteil, ist die Wirkung verheerend.

Launen zu haben kann sich niemand — nicht einmal der Herr Generaldirektor — ungestraft leisten.

Erziehung zur Selbständigkeit — Die Spieler und Wettkämpfer müssen zur Selbständigkeit im Training und im Wettkampf erzogen werden. Erziehungsprinzip: «Trainiere den Athleten so, dass er sich selbst trainieren kann.» (Teach one to know how to train oneself).

Fähigkeit, die Schüler zur Selbsterkenntnis zu erziehen — Schon neben dem Stadion in Delphi, auf dem Tempel des Schutzgottes Apollon (Schutzgott der agonistischen Spiele) stand: «Gnothi se auton», erkenne dich selbst!

Ständig faires Benehmen müssen wir lehren. Vor, im und nach dem Wettkampf, im Umkleideraum, im Saal, in der Turnhalle, auf dem Sportplatz, überall. Der Trainer erzieht seine Schüler zum wahren Amateurismus, ohne diesen ist der Sport kein Sport. (Ist die Zeit des Glanzes vorüber, so werden die Athleten wie alte Kleider weggeworfen — sagte schon Euripides im 5. Jahrhundert v. Chr. von den alternden Profiathleten).

(Fortsetzung folgt).

Spielplätze für Kinder!

Die Jugendpflege stösst heute da und dort auf die nicht immer unberechtigte Einwendung, vor lauter Tun für die Jugend werde vergessen, von ihr etwas zu fordern. Dabei wird aber vielleicht doch übersehen, dass die Umwelt sich auch für die Jungen in den vergangenen 100 Jahren ganz einschneidend verändert hat, und dass ihnen deshalb in mancher Beziehung geradezu die Möglichkeit genommen wurde, sich in der ihnen gemässen Art auf solche Forderungen vorzubereiten.

Die Zeitschrift PRO JUVENTUTE, die immer wieder zeitnahe Probleme der Jugendpflege und -Fürsorge in lebendiger Weise aufgreift und oft in Sonderheften erschöpfend zu behandeln weiss, widmet deshalb ihr September-Spezialheft den «Spielplätzen für Kinder». In einem einleitenden Beitrag (Dr. Ledermann) wird auf die wertvollen Erfahrungen mit «Trümmerspielplätzen» in ausgebombten Städten gegenüber den bei uns üblichen «dressierten» Spielplätzen hingewiesen und gleichzeitig eine bescheidene Wunschliste für die Gestaltung neuer Spielplätze aufgestellt, zu deren Begründung gleich eine Mutter sich ihre Gedanken über den oft an Kinder gerichteten elterlichen Ausruf: Du bisch mer im Wäg! vom Herzen schreibt, ein Ausruf, dem die Autorin wohl Seltenheitswert zubilligt, dessen vielleicht in weniger schroffer Form häufigeres Vorkommen aber durch Zahlen über die Raumnot der Familie nur zu verständlich wird. Diese Raumnot, auch die Zeitnot der erwerbstätigen Eltern, das Fehlen eines für die Jugendromantik wünschbaren Stücks unverfälschter Natur in der Nähe der Wohnstätte und damit die Unmöglichkeit für das Stadtkind, den für seine Entwicklung so notwendigen Spiel-Raum zu finden (Theo Frey, Jacques Berna, Dr. P. Münch), führen zu einer nicht immer ohne gefährliche Folgen bleibenden Verkümmerung des Spieltriebes, die aber behoben werden kann durch die Schaffung des «elementaren Spielraumes», den Edwin Arnet in seinem Aufsatz treffend «Robinsonspielplatz» nennt.

Wie sehr unseren Schweizerstädten besonders die Dänen und Schweden voraus sind, zeigen die reich bebilderten und ausführlich kommentierten Beispiele von ausländischen «Robinsonspielplätzen», die über das hinaus, was unser wenigstens richtungsweisender Zürcher Tummelplatz «Sonnengarten» enthält, den Jungen Gelegenheit bieten, zu bauen und zu zerstören, zu abenteuern und sich selbst den Rahmen für ihre Illusionen zu schaffen. Alle diese ermutigenden Beispiele folgten dem Ziel, dem Kinde, das in einer übertechnisierten Welt des Asphalts und der Hetze aufwächst, ein natürliches Eiland zu seiner spielhaften aber notwendigen Entfaltung zu schaffen oder zu erhalten. Das 50 Textseiten starke Heft verdient die lebhafte Beachtung aller Kreise.

Bruno Knobel.

Das Sonderheft «Spielplätze für Kinder» der Zeitschrift PRO JUVENTUTE kann beim Zentralsekretariat Pro Juventute, Seefeldstr. 8, Postfach, Zürich 22, bestellt werden. Preis Fr. 1.50.