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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 22 (1965)

Heft: 1

Inhaltsverzeichnis

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: 12.07.2025

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

Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen (Schweiz)

JANUAR 1965 22. JAHRGANG NR. 1

INHALTSVERZEICHNIS

Rückblick und Ausblick 1
Dir. Ernst Hirt

Programmerweiterung in unseren Skischulen . . 3
Marcel Meier

Meine Lauf- und Wanderschule 4
Hans Amann

Die Mechanik des Skiunfalles 6
Dr. med. H. J. Schweizer

Gedanken über das Wintertraining
des Mehrkämpfers 8
Werner Duttweiler

Helvetisches Mosaik 9

Aus der Welt des Spitzensportes 10

Stens Sport-Palette 11

Blick über die Grenzen 11

Brief aus Amerika 12
Hans Altorfer

Echo von Magglingen
Kurse des Monats 13
Zwei Werbefilme 13
5. Magglinger Symposium 14
300 Veranstaltungen in einer Woche 14

Bibliographie
Wir haben für Sie gelesen 14
Neuerwerbungen unserer Bibliothek 15

In Zürich geht etwas 17

Turnerisch-sportlicher Vorunterricht
Die kantonalen VU-Vorsteher in Magglingen . . 19
Europasportabzeichen in der Schweiz 19
Lehrlingsturnen unumgänglich 19
Wahlfachprüfung Skifahren 19
Alpsteinlauf 19

Unsere Monatslektion
Bodenturnen — Stufenbarren 20
Ernst Meierhofer

Administration: Eidg. Drucksachen- und Materialzentrale
3003 Bern, Postcheck 30-520
Zuschriften sind zu richten an:
Eidg. Turn- und Sportschule 2532 Magglingen/Biel
Redaktion: Marcel Meier
Erscheint monatlich
Abonnementspreis: Fr. 5.50 pro Jahr
Einzelnummer: 1—9 Ex.: Fr. 1.10; 10—19 Ex.: 80 Rp.;
20 und mehr Ex.: 60 Rp. pro Ex.

Rückblick und Ausblick

Spitzensport

Das eben verflossene Jahr hat den in seinen erdauerten und gewohnten Bahnen dahingleitenden Schweizer Sport aufgerüttelt. Unsern Landesvertretern an den Olympischen Winterspielen in Innsbruck blieben die allseits erhofften Siegermedaillen versagt. Die Kritik in Presse und Volk war zum Teil verheerend. Alle nur denkbaren und möglichen Ursachen für dieses «Marignano des Schweizer Sports» wurden dann auch gesucht und des näheren beleuchtet. Nicht nur wurden Massnahmen zur bessern Ausbildung der Jugend, des Nachwuchses und der Spitzenwettkämpfer verlangt, sondern auch unzählige Vorschläge zur Heilung des an Zivilisationsschäden leidenden Schweizer Sportes angepriesen. Die Diskussion um den Verlust unseres Prestiges in der Rangstellung der Nationen wollte kein Ende nehmen bis ... zum Tage X, dem zweitletzten Tag der Spiele von Tokio. Gold und Silber für die Schweizer Dressurreiter und den glücklichen Einzelwettkämpfer im Judo haben genügt, um zu beweisen, dass der Kranke schon wieder im Heilungsprozess begriffen ist.

Wohl wurde noch vor wenigen Monaten mit einer vollständigen Blutauffrischung, einer Strukturwandlung gerechnet. Doch noch in den letzten Tagen des alten Jahres musste man — trotz den zwölf bekannten Kommissionen des SLL, die sich mit Reformvorschlägen befassen — leise ahnen, dass im Schweizer Sport, wenn sich einmal die Wellen gelegt haben, alles beim alten bleiben könnte.

Natürlich verlangt die Presse, die Strasse und das ganze Volk nach der an Olympia hervortretenden, markanten Sportnation. Die gleichen, die das Unmögliche fordern, haben vergessen, dass wir ja noch weit davon entfernt sind, ein sportliches Volk zu sein. Zur Illustration nur einige Beispiele:

— Noch sind wir nicht so weit, dass die Körperbildung in unsern Schulen ein der geistigen Bildung ebenbürtiges Fach ist. Vielmehr führt die Leibeserziehung im Rahmen der Schulbildung ein stiefmütterliches Dasein und wird von den Eltern und der Lehrerschaft immer noch in den allerletzten Rang versetzt. Den Lehrlingen, die sich in der wichtigsten Entwicklungsphase befinden, werden im Lande Pestalozzis im Ausbildungsprogramm nicht einmal die regelmässigen obligatorischen Sportstunden zugestanden. Und der Studentensport führt an den meisten Hochschulen ein Mauerblümchendasein.

— Der Geldsäckel liegt uns näher als die körperlich-seelische Gesundheit, das Glücksgefühl des sportlichen Erlebnisses. So haben sich im Oktober 1964, am letzten Tag Olympias, die Abgeordneten des grössten Turn- und Sportverbandes unseres Landes anderthalbstundenlang um die Erhöhung des Jahresbeitrages pro Mitglied um 20 Rappen gestritten — das im Zeitalter der Hochkonjunktur.

— Dasselbe Parlament, in dem im März Sofortmassnahmen zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit unserer Olympiateilnehmer gefordert wurden, genehmigte in der Aprilsession die Baustoppvorlage im Rahmen der Konjunkturdämpfungsmassnahmen, welche die Gleichbehandlung von Spiel- und Sportplätzen, Turnhallen, Schwimmanlagen mit den Museen, Dancings und Vergnügungslokalen vorsieht.

— In den gleichen Gedankengang lässt sich der gegen Ende des Jahres erfolgte Beschluss der Erziehungsdirektoren-Konferenz einreihen, der sich gegen eine wesentliche Vertiefung der Turn- und Sportlehrerausbildung in unserem Lande richtet, nur weil dabei, neben der Schaffung weiterer, neuer Möglichkeiten an den Hochschulen, auch die Mitarbeit der Eidgenössischen Turn- und Sportschule von Magglingen vorgesehen war.

Wahrlich im ganzen gesehen, ein wenig ermutigendes Fazit.

Breitenentwicklung bleibt die Grundlage

Mit Recht haben die Vertreter unserer Behörden in den Aussprachen um den Spitzensport immer wieder betont, dass es nicht Aufgabe der Allgemeinheit sei, die Olympiabestrebungen finanziell zu unterstützen. Vielmehr obliegt dem Staat die Förderung der sportlichen Betätigung des breiten Sportvolkes.

Es ist auch die erste und wichtigste Aufgabe unserer Eidgenössischen Turn- und Sportschule, sich in den Dienst des Volkssportes zu stellen und diesen mit allen Mitteln zu fördern.

Ende November hat die Sektion Forschung der ETS in einem Symposium das Thema «Turnen und Sport für die weibliche Jugend» behandelt. Wir wollten wissen, ob die für uns unverständliche Sonderstellung, die die Körpererziehung der Mädchen in unserem Lande einnimmt, gerechtfertigt ist. Ist es nicht vielmehr so, dass bei uns das Mädchen in dieser Beziehung folgenschwer vernachlässigt wird?

Vor allem ging es darum, durch Soziologen, Pädagogen, Biologen und eine Sportmedizinerin eine Art Leitbild des Mädchens im Alter von 14 bis 20 Jahren auf Grund der wissenschaftlichen und praktischen Erkenntnisse zu entwerfen. Dabei sollte die Beziehung zu Leistung und Wettkampf auf dem Gebiete von Turnen und Sport im Blickpunkt der Betrachtungen bleiben. Die Teilnehmer vertraten alle Schattierungen von der wohlgesitteten Singspiel-Gymnastik im bekannten «Maiglöckchenstil» über das vielgestaltige, frische Turnen zum hemmungslosen, einseitig gerichteten Leistungssport, ohne Rücksicht auf die Eigenstruktur der Frau.

Das Datum war äusserst glücklich gewählt, noch unter dem frischen Eindruck der kurz zuvor abgeschlossenen Olympischen Spiele. Allen waren die aufsehenerregenden Weltrekorde im Schwimmen der 14- bis 16jährigen weiblichen «Teenagers» aus Japan, Australien, Holland und vor allem aus Kalifornien gegenwärtig. Sind es phänomenale, hochgezüchtete Leistungen junger Mädchen, die der Eigenart und der besonderen Struktur der Frau im Entwicklungsalter zuwiderlaufen? Diese Frage lag in der Luft, ohne dass sie jemals ausgesprochen wurde.

Erkenntnisse

«Der kämpfende und schwitzende Mann als Jäger und Krieger und das brütende und hegende Weibchen als Mutter und Hausfrau» sind als Leitbild längst gefallen. «Die Demokratisierung hat auch die Stellung der Frau verändert. Immer mehr berufliche Funktionen von Frauen ausserhalb des Hauses, als Erwerbstätige, also nicht mehr allein als Helferin des Mannes. In der Schweiz, in Deutschland und in den USA sind fast ein Drittel aller Erwerbstätigen Frauen. In Deutschland zum Beispiel 12 Millionen Männer und 6 Millionen Frauen.» «Der Bereich der individuellen Autonomie wird grösser, und zwar ganz besonders für diejenigen

Schichten, die bisher autoritär gelenkt worden sind, also Frauen und Jugendliche.» Die Frau der heutigen Gesellschaft erhält «mehr Bewegungs- und Entscheidungsfreiheit und muss aber auch mehr Verantwortung übernehmen.»
In pädagogischer Sicht kann festgestellt werden, dass das Leibbewusstsein beim Mädchen im Alter von 12 bis 16 Jahren ganz besonders intensiv ist. Praktisch ist das Wachstum beim Mädchen heute mit 16 Jahren abgeschlossen. Das ausgesprochene Leibbewusstsein nimmt ungefähr nach dem 17. Altersjahr wieder ab. Eine Erhebung bei Seminaristinnen von 17 Jahren hat ergeben, dass etwa die Hälfte sich am liebsten in Einzel- und Gruppen-Kampfleistungen übt, während 19-jährige Seminaristinnen nur noch zu 20 bis 30 Prozent derartige Übungen einer vorwiegend gymnastischen Betätigung vorziehen.
Nach den physiologischen Erhebungen erreicht das Mädchen die maximale körperliche Leistungsfähigkeit bevor es voll erwachsen ist. Dies trifft vor allem zu für die Muskelkraft, die sich im Alter von 14 bis 16 Jahren am stärksten entwickelt und damit das höchste Niveau erlangt und stagniert, während sich die Muskelkraft des Jünglings noch weit über das zwanzigste Lebensjahr hinaus entwickelt.
Die Trainierbarkeit (Anpassungsfähigkeit) der Gliedmassen-Muskulatur hat im Alter von 14 bis 16 Jahren die Höchststufe erreicht. Im Gegensatz dazu ist die Trainierbarkeit der Rumpfmuskulatur beim Mädchen von 16 Jahren schon auf der gleichen Stufe wie diejenige des ausgereiften Mannes. Auch die Lungenvitalkapazität des Mädchens ist mit 16 Jahren auf der höchsten Entwicklungsstufe. Geschicklichkeit und Gleichgewichtsgefühl sind bei den Mädchen von 14 bis 16 Jahren eher grösser als bei den Knaben und nehmen nachher noch zu (Gymnastik, Tanz, Eislaufen, Ski-Slalom).
Die Tatsache, dass die kalifornischen Teenagers mit 14 bis 16 Jahren sich im Schwimmen auszeichneten, bei dem es vorwiegend auf Muskelkraft, Trainierbarkeit der Rumpf- und Gliedmassen-Muskulatur, Lungen- und Kreislaufleistungen, Geschicklichkeit sowie auf die hydrodynamisch günstige Körperform ankommt, scheint nach diesen Erkenntnissen eine durchaus natürliche Folge zu sein, eine pädagogisch richtige Auswertung der bestehenden physischen und psychischen Gegebenheiten.

Schlussfolgerungen

Auch in unserem Lande muss der Frau die dem männlichen Partner gegenüber ebenbürtige Stellung eingeräumt werden. Natürlich darf sie in diesem Falle auch auf die gleiche Bildung Anspruch erheben. Eine Bildung ohne Leibeserziehung ist heute nicht mehr denkbar. Deshalb ist auch zwingend, dass dem Mädchen in der wichtigsten Wachstumsphase des Backfischalters die funktionsmässig nötigen Reize vermittelt werden, wenn es zur vollen körperlichen Entfaltung kommen soll.
Diese funktionellen Wachstums- und Entwicklungsreize können bei den heutigen Lebensformen unseres Volkes nur durch systematische Turn- und Sportschulung vermittelt werden. Was bis zum 16. Altersjahr in dieser Hinsicht vernachlässigt wird, kann nachher nicht mehr nachgeholt werden, im Gegensatz zu der physiologisch andern Situation beim Manne.
Diese Erkenntnisse wirken geradezu revolutionär und stehen in diametralem Gegensatz zu den heute bei uns geltenden Lehren, nach denen das Mädchen von 14 bis 16 Jahren in erster Linie mit formgebender Gymnastik in möglichst die Kraftausgabe schonenden Übungen körperlich zu bilden ist. Anstrengung, Leistung, Wettkampf sind dabei auszuschliessen, um der vermeintlich «zarten Konstitution» des Backfisches Rechnung zu tragen.
Wer den Ausführungen und Diskussionen dieser Gelehrten und Pädagogen aufmerksam gefolgt ist, musste sich nicht lange fragen, warum bei uns die Mädchen von 12 bis 16 Jahren bedeutend mehr Wachstums- und Haltungsschäden aufweisen als die Knaben.

Organisatorische Massnahmen

Wenn also das Mädchen in seiner körperlichen Leistungsentfaltung mit 16 Jahren auf der selben Stufe ist wie der männliche Partner im gereiften Mannesalter, dann bedingt das besondere Aufwendungen für die Körpererziehung im Wachstums- und im anschliessenden Festigungsalter.
Es ist eine der ersten Aufgaben des Staates, darüber zu wachen, dass unser Volk körperlich nicht entartet und verweichlicht. Dabei hat das weibliche Geschlecht als genetischer Träger unserer Art den entscheidenden Einfluss auf Gesundheits- und Arterhaltung. Es geht darum, so rasch wie möglich aufzuholen, was bis heute unverständlicherweise versäumt und vernachlässigt wurde.
Deshalb muss der Staat aus Gründen der Bewahrung der Volksgesundheit die nötigen gesetzlichen Grundlagen schaffen, damit

— in sämtlichen Kantonen unseres Landes die Körpererziehung für Mädchen obligatorisch wird;
— das Minimalpensum von 3 obligatorischen Wochenturnstunden in allen Kantonen eingeführt wird;
— der schulentlassenen weiblichen Jugend bis zum 20. Altersjahr mit Hilfe des Bundes Gelegenheit geboten wird, sich freiwillig regelmässig turnerisch-sportlich zu betätigen.

Damit könnte eine dringende Forderung der Zeit eingelöst werden, nämlich dem weiblichen Geschlecht zum mindesten auf diesem Gebiete die gleichen Bedingungen zu schaffen wie dem männlichen. Unsere Schule betrachtet es als eine grosse und schöne Aufgabe, im neuen Jahr die folgerichtigen Schlüsse aus diesem denkwürdigen Symposium zu ziehen und zusammen mit allen interessierten Organisationen und Institutionen dahin zu wirken, dass der weiblichen Jugend unseres Landes soweit nur möglich in diesem Sektor Gerechtigkeit widerfährt.

E. Hin.

Die Aufwertung des Sports und damit auch die Aufwertung des Körpers neben dem Geist ist in der modernen Gesellschaft eine Aufgabe, die gar nicht hoch genug eingeschätzt werden kann und die für die Hebung der Volksgesundheit und die Bekämpfung der Zivilisationsschäden eine der Grundvoraussetzungen überhaupt darstellt. Machen wir uns klar — und es liegt mir fern, zu dramatisieren — es geht hier um das Problem der Erhaltung der biologischen Grundsubstanz unseres Volkes schlechthin.

Prof. Dr. J. Nöcker