Zeitschrift: Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 24 (1967)

Heft: 3

Artikel: Schulsport : Studie über die Grundlagen und Möglichkeiten der Realisierung

Autor: Futter, Hans

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995027

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: 10.07.2025

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

JUGEND UND SPORT

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

24. Jahrgang März 1967 Nummer 3

Schulsport

Studie über die Grundlagen und Möglichkeiten der Realisierung

von Hans Futter, Vizedirektor des Oberseminars Zürich

Auszug aus dem Vortrag anlässlich des 7. Magglinger Symposiums über das Thema «Schulsport»

Einleitung

Wer wagt es schon, heutzutage nicht sportlich zu sein!

— Tausende betätigen sich an jedem Wochenende aktiv auf den verschiedensten Sportplätzen.
— Zehntausende von Zuschauern sind regelmässige Gäste vieler Sportveranstaltungen.
— Hunderttausende sind als Zeitungsleser, Radiohörer oder «Fernseher» regelmässig mit dem Sport in Kontakt.
— Ganze Industrien und der Fremdenverkehr leben vom Sport.
— Sogar der Staat unterstützt sportliche Bestrebungen.

Und doch:

— Haltungsschwächen und Haltungsschäden unserer Jugendlichen nehmen zu.
— Fussbeschwerden schränken die Marschtüchtigkeit unserer Soldaten ein.
— Viele Erwerbstätige scheiden wegen körperlicher Beschwerden vor Erreichen der Altersgrenze aus dem Berufsleben aus.
— Zivilisationsschäden, die meistens zurückgeführt werden können auf mangelhafte körperliche Betätigung nehmen in erschreckendem Masse zu.

Und das in einer Zeit, in der die Arbeitszeit kontinuierlich abgebaut, die Fünftagewoche bald zur Regel geworden ist. In einer Zeit also, da genügend Möglichkeiten zu sportlicher Betätigung offen stehen. Woran liegt es, dass so viele Jugendliche und Erwachsene den Weg zu einer regelmässigen sportlichen Betätigung nicht finden? Dieses Problem in seinem ganzen Umfang zu klären, würde den Rahmen der vorliegenden Ausführungen sprengen. Ich beschränke mich deshalb auf Möglichkeiten, die der Schule offen stehen, eine sportliche Betätigung anzuregen.

1.1 **Abgrenzung der Begriffe** (Zusammenfassung)

— Obligatorisches Schulturnen
Alles turnerisch-sportliche Tun in der Schule, das für Lehrer und Schüler obligatorisch ist.
— Freiwilliger Schulsport
Alles durch die Schule und zum Teil unter Mithilfe von Sportorganisationen zusätzlich durchgeführte turnerisch-sportliche Tun, das für Lehrer und Schüler freiwillig ist.
— Ausserschulischer Sport der Jugendlichen
Alles durch ausserschulische Organisationen den Schülern angebotene turnerisch-sportliche Tun, dessen Besuch den Jugendlichen bereits während oder auch nach der Schulpflicht möglich ist.

1.2 **Forderungen der heutigen Zeit auf dem Gebiete der Leibesübungen**

Zielsetzung und Gestaltung der Leibesübungen unserer schulpflichtigen Jugend stehen heute mehr denn je im Brennpunkt des öffentlichen Interesses. Probleme des Schulturnens beschäftigen nicht nur die Pädagogen, sondern auch Mediziner, Psychologen, Soziologen, Politiker sowie die verschiedenen Sportverbände.
«Sportliche Betätigung in der Freizeit anzuregen und zu fördern, ist für Staat, Stadt und Gemeinden wesentliche Aufgabe», fordert Harald Mellerowicz, Professor für innere Medizin und Leiter des Institutes für Leistungsmedizin an der Freien Universität Berlin. [3])
Die beiden amerikanischen Wissenschaftler Kraus und Raab wünschen auf Grund einer umfassenden Studie, «die körperliche Leistungsfähigkeit zum Hauptziel der Leibeserziehung zu machen». [4])
Konrad Widmer, Professor für Pädagogik und Psychologie an der Universität Zürich, umreisst das Ziel der Leibesübungen wie folgt: «Es geht im Turn- und Sportunterricht, wenn er seine Bildungsaufgabe erfüllen will, nicht nur um Gesundheit und körperliche Leistungsfähigkeit, sondern gleichzeitig auch um ganzheitliche Bildung, also auch um Bildung des Herzens und des Charakters.» [5])

1.2.1 **Was wünschen die Eltern**

Sicher sind die Eltern in erster Linie daran interessiert, dass ihr Kind durch die Schule so gefördert wird, dass es den seinen Begabungen und Neigungen entsprechenden Beruf ergreifen kann. Daneben ist aber der Wunsch nach einem körperlich normal entwickelten, kräftigen und gesunden Kind das zentrale Anliegen der Eltern und somit eine Hauptforderung an die Leibesübungen. Dass in diesem Bemühen vor allem auch der Kampf aufgenommen werde gegen Haltungsgefährdung und eine allgemeine Verweichlichung, die Willensbildung unterstützt und der Teamgeist gefördert werde, ist der persönliche Wunsch eines besorgten Vaters.

1.2.2 **Was möchte die Schule?**

Dass auch der Schule die körperliche Entwicklung der Jugendlichen zentrales Anliegen ist, kommt unter anderem dadurch zum Ausdruck, dass im Lehrplan der Volksschule für den Kanton Zürich im Zweckparagraphen «die harmonische körperliche und geistige Ausbildung des Kindes zu einer möglichst einheitlichen

lebenskräftigen Persönlichkeit» gefordert wird. Und in einem ersten Abschnitt werden dann alle die Faktoren genannt, die zu dieser körperlichen Entwicklung beitragen können.
Der Schulvorsteher der Stadt Winterthur, Stadtrat F. Schiegg, umschreibt seine Wünsche an das Schulturnen wie folgt:
«Es gilt im Schulturnen vor allem, Gemeinschaftssinn und persönlichen Mut des Kindes zu wecken und zu stärken. Ausdauer und Gewandtheit zu üben, die körperliche und seelisch-geistige Entwicklung zu fördern, den Körper zu kräftigen, den Zerfallserscheinungen (z. B. Haltungsschäden) intensiv zu begegnen. Der Turnunterricht muss deshalb möglichst vielseitig gestaltet sein; es darf, vor allem auf der Primarschulstufe, nicht schon spezialisiert werden. Wir verstehen zwar die Sorge der verschiedenen Sportverbände um guten Nachwuchs und darum um eine möglichst spezifische Förderung der Talente. Im Schulturnen soll aber der Rekordsucht, die zu Überbeanspruchung und Schädigung an Leib und Seele führen kann, nicht Vorschub geleistet werden, auch wenn selbstverständlich der Leistung die richtige Beachtung geschenkt werden soll.»
Übereinstimmend weisen die Aussagen prominenter Schulfachleute immer auf die Notwendigkeit einer harmonischen Entfaltung körperlicher, seelischer und geistiger Kräfte hin, um wahre Menschenbildung zu gewährleisten. Damit dürfte der Auftrag an die Leibeserziehung eindeutig umschrieben sein.

1. 2. 3 **Was fordert der Staat?**

«Schulturnen und Schulsport sollen mithelfen, jungen Menschen die Freude an körperlicher Aktivität zu wecken. Das Bewusstsein, dass man auch für seine Gesundheit und seine physische Einsatzfähigkeit verantwortlich ist und bleibt, kann und muss bei der Jugend durch die Schule gefördert werden», ist der persönliche Wunsch von Oberstkorpskommandant E. Uhlmann.
Und der Ausbildungschef der Armee, Oberstkorpskommandant Hirschy, formuliert die an die Leibeserziehung der schulpflichtigen Jugend zu stellende Forderung wie folgt: «Die Schule muss Bedürfnis, Freude, Überzeugung und Wille für dauernde Körperertüchtigung und physische Leistungsfähigkeit wecken und verankern, denn körperliche Leistungsfähigkeit fördert gesundes Selbstbewusstsein und geistige Aktivität.»

1. 2. 4 **Was hoffen die Ärzte?**

Vehement bekämpfen die Ärzte die ununterbrochene schädliche Sitzhaltung, vor allem für jüngere Kinder, und fordern tägliche intensive körperliche Betätigung. «Wenn eine Stunde pro Tag für das ‚corpus sanum' verwendet wird, wird die mens noch sana genug», schreibt Dr. med. F. Fierz, Präsident der Ärztegesellschaft des Kantons Zürich. «Tägliche Sportstunden und bewegungsintensive Hausaufgaben» fordert Dr. med. K. Biener, Dozent am Institut für Präventivmedizin der Universität Zürich. Der Orthopäde Dr. med. N. Gschwend sieht das Ziel der Leibesübungen vor allem in «der Schaffung eines gut ausgewogenen Muskelgleichgewichts am Bewegungs- und Stützapparat» und fordert die tägliche Turnstunde sowie Freizeitsport, insbesondere Schwimmen und Ballspiele. Prof. Dr. H. Krayenbühl, Direktor der Neurochirurgischen Universitätsklinik am Kantonsspital Zürich, erwartet «von einem fachgemässen Schulturnen einen wesentlichen Rückgang im jugendlichen Alter erworbener Bandscheibenschäden, denn durch das fachkundige Turnen wird einerseits der Muskel- und Bänderapparat des Rückens zweckmässig entwickelt und gestärkt und dadurch andererseits der Bandscheibenapparat nicht nur geschont, sondern auch entlastet». Er hofft, dass dadurch «die so häufigen Erkrankungen der Wirbelsäule, welche sowohl die Bandscheibenvorfälle im engern Sinne als auch die rheumatischen Gelenkveränderungen im weitesten Sinne umfassen, eine wesentliche Abnahme erfahren werden».
Ich glaube, dass diese Äusserungen namhafter Ärzte der Leibeserziehung den Weg eindeutig weisen.

1. 2. 5 **Was verlangen die Sportverbände?**

Hier sind die Forderungen in bezug auf Ziele und Gestaltung der Leibeserziehung unserer schulpflichtigen Jugend ausserordentlich vielgestaltig. Gemeinsam kommt der Wunsch zum Ausdruck, durch eine sportliche Ausbildung in der Schule die sportliche Betätigung in der Breite auf nationaler Ebene sowie wenn möglich mit einer Spitze auch auf internationaler Ebene zu fördern. Armin Scheurer, Nationaltrainer der Leichtathleten, verlangt vor allem «Anerkennung des Leistungssports durch die Schule, periodische Leistungsmessungen, Unterricht in Leistungsgruppen, Wettkämpfe für Knaben und Mädchen sowie Unterricht in Neigungsgruppen». Der Nationaltrainer der Kunstturner, Jack Günthard, wünscht «Turnen als gleichberechtigtes Fach neben den übrigen Unterrichtsfächern, mit verbindlichen Jahreszielen, Mehrbetonung der Leistung, Wettkämpfen und Tests in verschiedenen sportlichen Disziplinen».
Die Forderung des Technischen Leiters im Eidgenössischen Turnverein, Hans Möhr, lautet klar und einfach: «Erziehung durch den Sport und Erziehung zum Sport». Zudem wünscht er, «dass der Turn- und Sportunterricht bei Buben und Mädchen die Begeisterung an der Beweglichkeit, die Freude an der körperlichen Leistungsfähigkeit so fördert, dass eine regelmässige sportliche Betätigung — auch nach dem Schulaustritt — kein Müssen, sondern vielmehr eine nicht wegzudenkende Lebensgewohnheit bedeutet».
Das Interesse an der Leibeserziehung unserer Jugend ist erfreulich gross. Das bestätigen neben vielen aktuellen Zeitungsberichten auch zahlreiche parlamentarische Vorstösse auf Gemeinde-, kantonaler oder Bundesebene. Andererseits sind die Wünsche und Forderungen der verschiedenen Exponenten sehr reichhaltig, so dass man sich mit Recht fragen muss: Haben die öffentliche Schule und vor allem ihre Träger, die Vielzahl der Lehrer aller Stufen, die konkrete Möglichkeit, allen diesen Forderungen gerecht zu werden?
Bevor ich auf diese Frage eintrete, möchte ich diejenigen Aspekte im Rahmen der Leibesübungen näher beleuchten, die in der heutigen Zeit vordergründig sind und zu deren Realisierung Möglichkeiten gesucht und gefunden werden müssen.

2. **Begründung**

2. 1 **Erzieherische Aspekte**

2. 1. 1 **Aktivierung von Selbsttätigkeit und Selbständigkeit**

Die Schule soll für das Leben vorbereiten, soll «Zuverlässigkeit und Initiative fördern», fordert Prof. Max Huber. [6])
Ist es aber nicht so, dass im schulischen Alltag durch allzuviele Hinweise, Richtlinien und Vorschriften von seiten der Lehrer allzu stark geführt wird, dass das eigene Überlegen, Probieren und Entwickeln etwas zu kurz kommt und dadurch die für das Leben so wesentliche Initiative eher gehemmt wird? Auch im Turnunterricht wird meistens mit allen Schülern nach genauen Vorschriften des Lehrers gearbeitet. Der Lehrer fordert nicht nur das «Was», sondern weist auch immer auf das «Wie» hin. Und dadurch unterdrükken wir die so notwendige Aktivierung von Selbsttä-

tigkeit und Selbständigkeit. Dabei wäre es doch unsere edelste Aufgabe, dem jungen Menschen Freude und Beglückung im sportlichen Tun zu vermitteln, ihn so zu engagieren, dass auch später das Bedürfnis sinnvoller körperlicher Betätigung wach bliebe. Der Lehrer hat deshalb seine Schüler vor einer verhängnisvollen Passivität zu bewahren und ihre innere Anteilnahme zu wecken. «Eine Zentralaufgabe der heutigen Erziehung kann deshalb mit dem Begriff ‚Engagement' umschrieben werden», stellt Prof. Dr. K. Widmer in einem Aufsatz über die «Erziehungssituation der Gegenwart» [7]) fest und fährt fort:

«Wir wissen, dass unsere Jugend in Gefahr steht, sich bloss noch den passiven Vergnügen hinzugeben, wie sie Film, Fernsehen, Radio, Comics, Illustrierte und Schausport anbieten. Wir müssen alles tun, um unsere Jugend vor der Passivität zu bewahren. Das ist möglich im Engagement. Engagement besteht darin, dass etwas da ist, was mich freut, was mich begeistert, was mein Gemüt erfüllt. Aber dabei darf es nicht bleiben. Das im Gemüt Empfangene soll übertragen werden in ein aktives Tun, in eine sichtbare Leistung durch Einsatz, durch eine wirkliche Tat. Erst wenn ich mich für das einsetze, was mich innerlich beschäftigt, was mich interessiert und gefangen nimmt, spüre ich, ob mein Interesse, meine Begeisterung echt ist oder nur ein Strohfeuer. Engagement ist alles das, was den jungen Menschen fesselt, ihn begeistert und ihn aus der Freude oder der Ergriffenheit zu einem wirklichen Tun, zu einem Einsatz anspornt. Engagement kann das Spiel, kann das Basteln, der Sport, jede echte Freizeitgestaltung werden. Darum sind der Ausbau der Jugendorganisationen, der Bau von Jugendhäusern, die Heranführung an den aktiven gesunden Sport so wichtig. Der aktive Einsatz für das, was das Gemüt bewegt, bewahrt den jungen Menschen vor dem ästhetischen Geniessertum, vor dem Tagträumen und vor der Verwöhnung, denn jedes Engagement erfordert Einsatz und damit Leistung und Willensanstrengung. Dem echten Engagement dienen vor allem der Sport und das Spiel. Hier setzt sich der junge Mensch für etwas ein, was ihn natürlicherweise interessiert, vielleicht sogar begeistert, nämlich für das Erlebnis der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit, für das Erlebnis der Zusammengehörigkeit zu einem Team. Der gesunde Jugendliche kann leicht begeistert werden für die körperliche Betätigung. Aber es darf nicht bei der blossen Begeisterung für Sport bleiben, wie etwa in der Begeisterung für Zuschauersport; es muss ein Einsatz gewagt, eine aktive Leistung vollzogen werden. Die Begeisterung setzt sich in aktives sportliches Tun um. Dort, wo es gelingt, den jungen Menschen zu sportlichem Tun zu bewegen, wo er sich einsetzt in ernstem Training, vielleicht sogar auf Rauchen und Alkohol verzichtet, da gibt es kein Halbstarkentum und keine durchgreifende Verwahrlosung. Darum, weil etwas da ist, was den Jugendlichen freut, was ihm Herzenssache ist und weil er sich dafür einsetzt, Opfer bringt und eine aktive Leistung vollzieht.»

Diesem echten Engagement können die Leibesübungen in hohem Masse gerecht werden, vor allem dann, wenn sich der Jugendliche freiwillig für etwas einsetzt, wie also z. B. im Schulsport.

2. 1. 2 Erleben der Partnerschaft

Prof. Widmer fordert im bereits zitierten Aufsatz noch einen weiteren Akzent im Erziehungsgeschehen unserer Zeit, den er mit dem Begriff «Partnerschaft» umschreibt:

«Autorität, in der ich als der Stärkere, der Wissende, der Erfahrene grundsätzlich bestimme, genügt nicht mehr, weil der junge Mensch heute eine Fülle von andern Autoritäten immer wieder angepriesen bekommt, von Autoritäten, die ihm oft besser zusagen: die Autorität des Teenagertums, die Autorität der Bandengesetze der Halbstarken, die Autoritäten aus Film-, Sport-, Mode- und Schlagerwelt und die Autorität all dessen, was sich heute mit dem Prädikat das unabdingbar Beste, das Schönste, das Unentbehrlichste zu sein anbietet, angefangen vom einfachsten Kaufgegenstand bis zu Weltanschauung und Religion. Wir müssen darum ausser unserer pädagogischen Autorität noch ein anderes Verhältnis zum jungen Menschen suchen, das der Partnerschaft und diese Partnerschaft durch eigene Besinnung in ein wohlabgewogenes Mass zusammen zur Autorität bringen. Der Partner ist der Mensch, der mit mir zusammen ist, der mit mir lebt und arbeitet, der mir hilft, zu dem ich gehen kann mit meinen Sorgen und Nöten, Partner im tiefsten Sinne ist jener Mensch, bei dem es mir wohl ist, der mich liebt. Zur Partnerschaft gehört, dass wir dem jungen Menschen Verantwortungen übertragen. In der Verantwortung wächst die Selbständigkeit im Denken und im Handeln. Schon im frühen Kindesalter beginnt diese grosse Aufgabe. Aber immer müssen die Verantwortungen so verteilt sein, dass ich mitraten und helfend beispringen kann, wenn etwas misslingt. Der junge Mensch muss spüren, dass ich ihm vertraue, wenn ich ihm eine Verantwortung übertrage. Vertrauen ist neben der Verantwortung ein weiterer Faktor der Partnerschaft.»

Partnerschaft zwischen Lehrer und Schüler entsteht sicher leichter dort, wo sich beide aus eigenem Antrieb und ehrlichem Interesse finden — sei es im gemeinsamen Musizieren, im Gestalten einer Theateraufführung oder aber im Schulsport — weil hier der Zwang des Obligatoriums fehlt. In Trainingsgemeinschaften, in Wettkampfgruppen, in Mannschaftsteams — überall bietet der Schulsport Möglichkeiten zu aktiver Partnerschaft, zu verantwortungsbewusster Gemeinschaft.

Natürlich steht auch unser Schulturnen im Dienste der Gemeinschaftserziehung. Vor allem in Partei- oder Gemeinschaftsspielen, aber auch in verschiedenen Wettkampfformen — sei es in der Leichtathletik, im Orientierungslauf, im Schwimmen —, überall werden bewusste Einordnung, Gehorsam und ritterliches Verhalten gefordert. Doch steht über allen pädagogischen Bemühungen immer wieder das alte Autoritätsprinzip, aus dem nur zu oft eine erzwungene Unterordnung entspringt, die ihrerseits nicht selten zu latentem Widerstand herausfordert. Im freiwilligen Schulsport besteht diese Gefahr weniger. Der Lehrer ist nicht nur der Befehlende, sondern viel mehr der Helfende, eben echter Partner! Erleben der Partnerschaft bleibt aber nicht auf die Beziehung Lehrer—Schüler beschränkt, sondern manifestiert sich auch im gegenseitigen Vertrauen der Schüler untereinander. Während ethische Unterweisungen im übrigen Unterricht hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf den Schüler meistens irgendwie im luftleeren Raum schweben, bieten sich im sportlichen Geschehen, vor allem im Wettkampf, eigentliche Bewährungsgelegenheiten immer wieder an. Leicht sieht man z. B. beim Verhalten des Einzelnen innerhalb einer Trainingsgruppe oder Spielmannschaft, wie weit die erzieherische Arbeit Erfolg zeitigt. «Selbst der Pädagoge, den sein Lebensweg an Turnhallen und Sportplätzen vorbeigeführt hat, wird zugeben müssen, dass im Sport erzieherische Werte von höchster Bedeutung anzutreffen sind, an denen die Schule nicht achtlos vorübergehen darf», bekennt Prof. Altrock. [8])

2. 1. 3 Optimale Entfaltung der individuellen Leistungsfähigkeit

Es dürfte als Tatsache gelten, dass in den letzten Jahrzehnten die Begabungs- und Leistungsstreuung ausgeprägter geworden ist. Zu Recht sind in den letz-

ten Jahren auch neue Schultypen geschaffen worden, um dieser Situation Rechnung zu tragen. Aber trotz dieser organisatorischen Aufgliederung sind vor allem in den Klassen der Volksschule die Begabungen der Schüler sehr unterschiedlich gelagert. Das veranlasst den Lehrer häufig, besonders den leistungsschwächeren Schülern zu helfen, was eine Vernachlässigung der Begabten zur Folge hat. Es wäre übrigens ausserordentlich interessant, mehr zu wissen über die Zusammenhänge zwischen Begabung und Leistung. Sicher ist, dass die Leistungsstreuung ausser durch Begabungsunterschiede auch durch Ausmass und Intensität der Schulung, durch den Gesundheitszustand, die charakterliche Ausgeglichenheit oder auffällige Erscheinungen, wie Angst, Dauerverstimmtheit, Minderwertigkeitsgefühle, Trotz u. a. m., bewirkt werden. Die Leistungsfähigkeit ist also keine feststehende Grösse, sondern erheblichen Schwankungen unterworfen.
Im Schulsport besteht nun die Möglichkeit, die verschiedenen Begabungen und Leistungsfähigkeiten zu berücksichtigen und optimal zu entfalten. Naturgemäss wird vor allem die Leistungsfähigkeit der Begabten gefördert, sozusagen als Ausgleich zum Schulturnen, wo man die Unterrichtsweise aus pädagogischen und organisatorischen Gründen eher auf die Schwächern ausrichtet. Man könnte also sagen, dass Schulturnen Ausgleich der Schwächen, Schulsport Förderung der Stärken bedeutet. Damit würde der Schulsport diejenige Aufgabe übernehmen, welche die Möglichkeiten des ordentlichen Schulturnens fast übersteigt, nämlich Talentförderung.
Bei dieser Beschränkung wäre allerdings eine wesentliche Mission nicht erfüllt. Es müssten unbedingt auch Möglichkeiten zur Förderung der Schwächern geschaffen werden.
Aus der Fülle der pädagogischen Möglichkeiten scheinen mir in der heutigen Zeit die genannten Aspekte besonders wichtig zu sein, nämlich Aktivierung des Engagements, Erleben sozialer Strukturen und optimale Begabungsförderung.
Ich bin überzeugt, dass der freiwillige Schulsport diesen Forderungen weitgehend gerecht werden kann.

2. 2 Gesundheitliche Aspekte

2. 2. 1 Kampf dem Bewegungsmangel

Der Bewegungsmangel (die Hypokinetik) muss als Krankheit unserer Zeit bezeichnet werden. Körperliche Inaktivität ist bewiesenermassen Ursache vieler Zivilisationsschäden, wie Kreislaufstörungen, Stoffwechselkrankheiten, Kreuzschmerzen, Fussbeschwerden, Haltungsschäden am Knochen-, Band- und Muskelapparat der Wirbelsäule, nervösen Störungen. Und ebenso klar ist die Erkenntnis, dass die wirksamste und billigste Prophylaxe heisst: Mehr Bewegung!
Die Professoren Kraus und Raab stellen aufgrund eines ausserordentlich grossen Zahlenmaterials fest: «Die hypokinetische Krankheit ist eine Mangelkrankheit und trifft am härtesten das heranwachsende Individuum. Wirkliche Vorbeugung beginnt in der Wiege, im frühen Training der Kinder in der Familie und später in der Schule.» [4]) Und Mellerowicz kommt am Schluss einer Studie über das körperliche Leistungsvermögen der heutigen Jugend zur Feststellung: «Stilllegung des menschlichen Körpers durch die technische Zivilisation und die daraus resultierenden Gesundheitsschäden erfordern dringend schnelle Hilfe für den Menschen, besonders für unsere Jugend.» [3]) Ich glaube, dass auch in unserem Lande weite Kreise die akute Gefahr des Bewegungsmangels erkannt haben. Um so erstaunlicher ist es, dass noch vielerorts die Konsequenz nicht gezogen wird. Warum befolgen so viele Menschen den einfachen Rat, sich mehr zu bewegen, nicht? Weil ihnen regelmässige körperliche Betätigung nicht selbstverständlich ist und weil ihnen das echte Bedürfnis nach körperlicher Leistung fehlt. Und hier wird nun einmal mehr die Schule zur Mitarbeit aufgerufen, aufgefordert, das zu übernehmen, was eigentlich Pflicht des Elternhauses wäre. Die Forderung nach mehr Bewegung führt zwangsläufig zum alten Postulat der täglichen Turnstunde. In ihrer Zielsetzung eine ideale, aber in der heutigen Zeit fast noch utopische Lösung. Es fehlen im allgemeinen ganz einfach die konkreten Möglichkeiten der Realisierung, und zwar in bezug auf Turnhallen, Turnplätze, Unterrichtszeit, Lehrkräfte. An einzelnen Orten mögen diese Voraussetzungen vorhanden sein und die Idee lässt sich verwirklichen. Für die Grosszahl unserer Schulen muss aber nach andern Lösungen gesucht werden — und hier bietet sich wiederum der Schulsport an.
Wenn wir erreichen, dass sich alle Schüler zusätzlich zum obligatorischen Schulturnen auch noch in einer Jugendorganisation oder im Schulsport regelmässig körperlich betätigen, dass ihnen dieses sportliche Training sogar schon Bedürfnis wird, dann haben wir einen wesentlichen Beitrag im Kampf gegen den Bewegungsmangel geleistet.

2. 2. 2 Gesunde Lebensführung

Wenn wir von der Erziehung zu gesundem Leben reden, können wir heute weniger denn je nur an körperliche Gesundheit denken. Gesunde Lebensführung muss durch eine gesundheitsfördernde Umgebung und gesunde Wachstumsbedingungen erfüllt werden. Die Schule hat also in Verbindung mit dem Elternhaus die Pflicht, alle Möglichkeiten für gesunde Lebensführung auszunützen. Vordringlich scheint mir zu sein, dass sie auch Hinweise zu sinnvoller Freizeitbeschäftigung gibt. Und diese Funktion könnte wiederum der Schulsport übernehmen. Im Hinblick auf die Freizeitgestaltung stehen selbstverständlich die Spiele, dann aber auch Schwimmen, Orientierungsläufe, Wandern und Skifahren usw. im Vordergrund. Der Schulsport führt zwangsläufig zu zielgerichtetem Training und bietet dadurch Gelegenheit, gesundheitsfördernde Faktoren, wie richtige Ernährung, regelmässigen Schlaf, Verzicht auf Alkohol und Nikotin, zur selbstverständlichen Lebensgewohnheit werden zu lassen. In Fragen der Gesundheit wie auch der Ethik wirkt in der Erziehung viel mehr als das Wort die Tat. Geben wir unsern Schülern Gelegenheit dazu!

2. 3 Didaktische Aspekte

2. 3. 1 Individualisierung des Unterrichts

Wir haben schon festgestellt (Kapitel 2. 1. 3), dass die Begabungs- und Leistungsstreuung ausgeprägter geworden ist. Eine normal zusammengesetzte Klasse der Volksschule umfasst also Kinder mit zum Teil ganz verschiedener Intelligenz, mit verschiedenen Interessen, verschiedener Aufnahmefähigkeit, verschiedener Arbeitshaltung. Für den Turnunterricht kommt noch dazu, dass die körperliche Leistungsfähigkeit als Folge einer stark divergierenden psychosomatischen Entwicklung auch bei gleichaltrigen Kindern ausserordentlich stark variieren kann.
Eine eigene Untersuchung inbezug auf die motorischen Grundeigenschaften: Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Gewandtheit als Ausdruck der motorischen Leistungsfähigkeit, durchgeführt an über 1000 Mädchen und Knaben des 4. bis 9. Schuljahres im Kanton Zürich, zeigt eine auffallend grosse Variationsbreite und eine relativ grosse Streuung. [9])

		Zahl	Variations-breite	Mittel-wert	Streuung
4. Schuljahr	Kn.	74	0—24	11.2	40 %
	Md.	38	0—22	13.3	45 %
5. Schuljahr	Kn.	70	0—33	16.9	42 %
	Md.	39	0—27	16.9	34 %
6. Schuljahr	Kn.	159	1—32	16.5	41 %
	Md.	79	0—33	13.3	59 %
7. Schuljahr	Kn.	157	0—25	14.3	34 %
	Md.				
8. Schuljahr	Kn.	41	2—28	17.9	32 %
	Md.	75	2—27	12.5	38 %
9. Schuljahr	Kn.	55	3—33	17,6	32 %
	Md.				

Mit der Forderung nach Individualisierung des Unterrichts wird eine Anpassung an diese Gegebenheiten verlangt. Als didaktische Konsequenz würde das heissen, dass zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit der Klassenunterricht durch Einzelunterricht ersetzt werden müsste. Diese Forderung wird sich für den normalen Schulunterricht aus verschiedenen Gründen nicht leicht verwirklichen lassen. Immerhin wäre ein Unterricht in drei Leistungsgruppen denkbar. Besser lässt sich diese berechtigte Forderung nach Individualisierung im Schulsport verwirklichen. Hier besteht nicht nur die Möglichkeit, die individuelle Leistungsfähigkeit zu berücksichtigen, sondern zudem der persönlichen Neigung gerecht zu werden. Es ist damit die Bildung von Leistungs- und Neigungsgruppen charakteristisch für den Schulsport.

2. 3. 2 **Bildung von Schwerpunkten**

Es entspricht ganz dem Ziel des Schulturnens, die Schüler im Verlauf der Schulpflicht mit möglichst vielen Stoffgebieten auf dem turnerisch-sportlichen Sektor vertraut zu machen. So enthalten auch die Lehrmittel Hinweise zum Unterricht in Gymnastik, Geräteturnen, Leichtathletik, Spiel, Schwimmen, Geländeturnen, Skifahren, Eislaufen, Tanz, um nur die zentralen Disziplinen aufzuzählen. Eine Vertiefung und Spezialisierung ist damit ausgeschlossen.
Fast alle Jugendlichen haben nun aber für die eine oder andere Disziplin eine besondere Neigung, ausgesprochenes Interesse und oftmals eine eindeutige Begabung. Sie sind auch bereit, sich auf diesem Gebiet besonders zu engagieren. Sie wollen in dieser bevorzugten Disziplin etwas lernen, streben nach Leistungsverbesserung und Leistungsvergleich. Diese Tatsache gilt es zu nutzen, und hier bietet sich wieder der Schulsport an. Auf einem ganz bestimmten Gebiet, für das sich der Schüler entsprechend seiner Neigung freiwillig entscheidet, kann ihm mehr geboten werden, als im regulären Schulturnen möglich wäre. Er kann eingeführt werden in die betreffenden sportlichen Techniken, vertraut werden mit systematischem Training, hingeführt werden zu Leistungserprobung und Leistungsvergleich.

2. 3. 3 **Eindeutige termingebundene Zielsetzungen**

Die obligatorischen Lehrmittel des Schulturnens zeigen für die einzelnen Altersstufen verschiedene stoffliche Möglichkeiten auf, ohne verpflichtende Leistungsziele zu setzen! Eine einzige verbindliche stoffliche Zielsetzung im Turnunterricht besteht für die Knaben. Nach Art. 5 der bundesrätlichen Verordnung über die Förderung von Turnen und Sport vom 7. Januar 1947 hat jeder Knabe am Ende der Schulpflicht eine Leistungsprüfung abzulegen. Diese Prüfungen sind durch die Kantone durchzuführen. Im Kanton Zürich enthält diese «Leistungsprüfung am Ende der obligatorischen Schulpflicht», welche alle Knaben des 8. Schuljahres, normalerweise also im 14. Altersjahr erfasst, folgende Minimalanforderungen:

1. Schnellauf über 80 m:	13,4 Sek.
2. Geländelauf über 1 km:	4 Min. 50 Sek.
3. Weitsprung:	3,40 m
4. Hochsprung:	100 cm
5. Weitwurf mit Schlagball:	30 m
6. Klettern Stange 5 m:	9,2 Sek.
7. Reck kopfhoch:	Felgaufschwung/Felge rw. Unterschwung

Jedes Jahr werden im Kanton Zürich in über 100 regional organisierten Prüfungen rund 5000 Knaben erfasst. «Die Anforderungen für die einzelnen Disziplinen sind an sich eher bescheiden. Da jedoch diese Minimalanforderungen in allen sieben Übungen erreicht werden müssen, stellt die Prüfung doch erhebliche Ansprüche an die Vielseitigkeit. 64,8 Prozent aller Geprüften erfüllten 1965 die Anforderungen in allen sieben Übungen und damit die Gesamtprüfung», stellt der offizielle Bericht der Erziehungsdirektion Zürich fest. [11])
Seit drei Jahren wird nun im Rahmen dieser sogenannten Schulendprüfung nicht nur die Erfüllung der Minimalanforderungen überprüft, sondern es wird den Knaben Gelegenheit geboten, in allen sieben Übungen entsprechend ihrer persönlichen Bestleistung eine gewisse Punktzahl zu erreichen. Dadurch sind Einzel-, Gruppen- und Klassenwettkämpfe möglich. Und um die Prüfung noch etwas attraktiver zu gestalten, gibt die Erziehungsdirektion für besonders gute Leistungen ein kleines Leistungsabzeichen ab. Es kann festgestellt werden, dass der Einsatz der Schüler und der Lehrerschaft im Hinblick auf diese Leistungsprüfung recht gross ist. Frühzeitig werden die Knaben mit der Technik der einzelnen Disziplinen vertraut gemacht, werden ihre Leistungen durch systematisches Training gesteigert, und mit viel Begeisterung und Einsatz wird diese Leistungsprüfung abgelegt. Nur nebenbei sei bemerkt, dass vielerorts gleichzeitig auch für die Mädchen ein ähnlicher Wettkampf durchgeführt wird.
Es ist also eine eindeutige Zielsetzung, welche Knaben und Mädchen zu vermehrtem Einsatz anspornt, ihnen eine bestimmte Leistung abfordert. Diese Zielsetzungen dienen den Schülern deshalb als Leistungsanreiz, und jeder gesunde Jugendliche sucht solche Möglichkeiten, denn kein anderer Vorgang vermag den heranwachsenden Menschen so zu beeindrucken und seinen Tatendrang zu beflügeln wie das Erlebnis der eigenen Leistung. Das Bewusstsein des Könnens stärkt das Selbstvertrauen und befähigt zu immer grösseren Leistungen. Nun kann aber die Leistung nur dann als Gewinn und Anreiz empfunden werden, wenn sie feststellbar und vergleichbar ist. Aus diesem Grunde ist es notwendig und erzieherisch wertvoll, die Leistungen zu messen. Niemals dürfen solche Prüfungen aber nur Selbstzweck sein. Was wir suchen, sind pädagogisch vertretbare, jugendgemässe Wettkampfformen, Zielsetzungen also, die den jungen Menschen unter Berücksichtigung seiner leib-seelischen Entwicklung an eine bestimmte Reizschwelle heranführen, um ihm zu einer angemessenen Leistungssteigerung zu verhelfen.
Und solche eindeutige Zielsetzungen sind es auch, welche die Selbsttätigkeit der Schüler aktivieren, zu systematischem Training anregen, die Selbstkritik unterstützen. Für den Schulsport stehen also aus didaktischen Gründen drei Aspekte im Vordergrund: Die Individualität des Unterrichts, die Bildung von Schwerpunkten sowie eindeutige Zielsetzungen. Aufgrund dieser unterrichtlichen Notwendigkeit sowie der Berücksichtigung der erzieherischen und gesundheitlichen Aspekte gilt es nun die Folgerungen zu ziehen in bezug auf Stoffgebiete, Unterrichtsformen, Teilnehmer, Leitung und Organisationsformen des freiwilligen Schulsports.

3. Folgerungen

3.1 Stoffgebiete

Zur Erfüllung des Bildungsauftrages im Rahmen des Schulturnens sind die verschiedenen Stoffgebiete immer nur Mittel zum Zweck, deren sich der Lehrer je nach Entwicklung und Bedürfnis seiner Schüler bedient. Eine abgewogene Berücksichtigung der zentralen Stoffgebiete soll allerdings eine solide Grundausbildung in den wesentlichsten turnerisch-sportlichen Disziplinen gewährleisten.

Im Schulsport hingegen treten die einzelnen Stoffgebiete deutlicher in Erscheinung, weil sich die Schüler für die eine oder andere Disziplin besonders interessieren und mit den technischen oder taktischen Belangen vertraut werden möchten. Ideal wäre es nun, möglichst viele Stoffgebiete anbieten zu können. Die Auswahl wird in der Praxis allerdings stark eingeschränkt werden: sie ist bedingt durch die verfügbaren Sportanlagen und fachlich versierten Leiter, durch die Interessen und die Entwicklung der Schüler, durch die Jahreszeiten und nicht zuletzt durch die Kosten für allfällige Sportgeräte. Ein Katalog der unter normalen Bedingungen möglichen Stoffgebiete zeigt aber doch eine respektable Fülle: wenn dabei auch Stoffgebiete des regulären Schulturnens genannt werden, ist die Meinung die, dass im freiwilligen Schulsport auf den durch das Schulturnen geschaffenen Grundlagen weiter aufgebaut werden kann, dass sie vertieft und spezialisiert werden können.

Stoffgebiete des Schulsports, welche sich für Knaben und Mädchen eignen, sind Mannschaftsspiele, wie Korbball, Basketball, Volleyball, dann Leichtathletik, Geräteturnen, Schwimmen, Wasserspringen, Orientierungslaufen, Trampolinspringen, Tennis, Skifahren, Wandern und Camping.

Dazu kommen für die Knaben Handball, Fussball, Eishockey, Judo und allenfalls Rudern, während für die Mädchen Rhythmik, Tanz, Badminton und Eislaufen als spezifische Stoffgebiete erwähnt werden müssen. Natürlich wäre es ideal, den Neigungen und Begabungen der Schüler weitgehend entsprechen zu können. Eine Umfrage unter rund 400 Schülern in zwei Schulhäusern der Stadt Zürich [12]) hat ganz interessante Hinweise auf gewünschte Stoffgebiete ergeben. Es wurden zwar nur solche Stoffgebiete zur Wahl vorgelegt, die den örtlichen Verhältnissen entsprechend realisierbar wären. Diese Disziplinen wurden wie folgt gewünscht:

		4. bis 6. Schuljahr in %	7. bis 9. Schuljahr in %
Mädchen			
Sommer	Leichtathletik	15	22
	Schwimmen	50	58
	Orientierungslaufen	23	2
	Korbball (Basketball)	12	18
Winter	Rhythmik und Tanz	51	67
	Schwimmen	20	5
	Geräteturnen	15	7
	Korbball (Basketball)	14	21
Knaben			
Sommer	Leichtathletik	12	9
	Schwimmen	6	19
	Orientierungslaufen	12	21
	Handball	10	21
	Fussball	60	45
Winter	Schwimmen	12	15
	Handball	28	32
	Geräteturnen	10	6
	Eishockey	50	44

Eindeutig bevorzugte Disziplinen sind bei den Mädchen Schwimmen sowie Rhythmik und Tanz, bei den Knaben Fussball und Eishockey. In Wirklichkeit würde natürlich bei der Entscheidung für ein Stoffgebiet auch die Person des Leiters neben andern Faktoren eine wesentliche Rolle spielen. Sicher darf aber festgehalten werden, dass für alle spezifischen Verhältnisse realisierbare Stoffgebiete als Wahlfächer für Sport zur Verfügung gestellt werden können.

3.2 Unterrichtsformen

Hauptmerkmal des Schulsports ist die Tatsache, dass sich der Schüler freiwillig für ein bestimmtes Stoffgebiet entscheidet und dass er etwas lernen will. Dadurch ist eine ganz wesentliche Voraussetzung zum Lernerfolg geschaffen, eine Situation, welche auch die Lehrweise entscheidend beeinflusst.

Im Vordergrund steht ein Unterricht in Arbeitsgruppen, die nach Interessen, Veranlagung und Leistungsfähigkeit der Teilnehmer zusammengesetzt sind. Je nachdem, wie der Akzent in der Zusammenstellung der Arbeitsgruppe gesetzt wird, sprechen wir von Neigungsgruppen, Leistungsgruppen oder von Mannschaften.

Neigungsgruppen sind entsprechend dem Unterrichtsgegenstand zusammengesetzt. Bereits die Wahl des Stoffgebietes führt zu einer Gruppierung gemäss der Neigung, z. B. zum Schwimmen. Innerhalb dieses Stoffgebietes können sich aber noch differenziertere Neigungsgruppen bilden, z. B. für Crawlschwimmen, Rettungsschwimmen, Wasserball, Wasserspringen.

Leistungsgruppen berücksichtigen das Leistungsniveau der Teilnehmer. Alle üben, sei es an gleichen oder verschiedenen Unterrichtsgegenständen entsprechend ihrer individuellen Fähigkeiten, im Geräteturnen also z. B. verschiedene Elemente. Neigungs- und Leistungsgruppen sollten höchstens 10 bis 12 Teilnehmer umfassen und in ihrer Zusammensetzung über eine längere Periode Bestand haben, damit die vielfältigen pädagogischen, sozialen und ethischen Funktionen wirksam werden.

Mannschaften werden vorwiegend für Spiele, Staffeln oder Wettkämpfe gebildet. Dabei liegt das Bestreben zugrunde, gleich starke Parteien zu bilden. In jeder Mannschaft befinden sich bessere und schwächere Schüler, ein Umstand, der für die Sozialerziehung sehr wirkungsvoll ist. Zudem wird durch die Wahl von Mannschafts- oder Spielführern sowie von Schiedsrichtern Ein- und Unterordnung im Sinne einer Erziehung zu echter Autorität erreicht. Eine Sonderform bei der Gruppierung von Mannschaften sind die Klassen- oder Schulhausmannschaften, welche ihre Klasse oder Schule in Konkurrenzen mit andern vertreten dürfen.

Eine zweite Eigenheit der Unterrichtsform dürfte darin bestehen, dass periodische Leistungsfeststellungen oder Leistungsvergleiche, sei es in Form von Tests oder Wettkämpfen, den Unterrichtserfolg und damit das Bemühen jedes einzelnen Schülers eindeutig festhalten. Bestimmte Leistungsanforderungen sind unerlässlich, weil sie dem Jugendlichen als Anreiz dienen und ihm eine Selbstkontrolle ermöglichen. Notwendig sind deshalb pädagogisch vertretbare, jugendgemässe Wettkampfformen, welche den Schülern eine Chance bieten, sich zu bewähren. Es wäre unter Umständen sinnvoll, solche Leistungsanforderungen allgemeingültig festzulegen, wie dies beim Schwimmtest oder Skitest bereits geschehen ist. Analog den Schulendprüfungen, Vorunterrichtsprüfungen und Nachwuchswettkämpfen sollten deshalb genormte Leistungsanforderungen in den verschiedenen Disziplinen des zukünftigen Schulsports Ziel des Bemühens darstellen.

Als Kriterium für die Unterrichtsformen im Schulsport scheinen mir aber doch die Arbeitsweise in Gruppen sowie die eindeutige Leistungsanforderung von grundsätzlicher Bedeutung zu sein.

(Fortsetzung folgt)