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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 24 (1967)

Heft: 5

Artikel: Das Vorbild gehört zur Erziehung

Autor: Schmid, Carlo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995048

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: 09.07.2025

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

Das Vorbild gehört zur Erziehung

Prof. Dr. Carlo Schmid

Es war das Verhängnis vieler Jahrzehnte, Bildung allein intellektualistisch zu begreifen. Doch auch der geübteste Intellekt setzt den Menschen nicht instand, die Fülle des Humanen in sich lebendig werden zu lassen. Dafür braucht es auch die Entfaltung und Übung der Kräfte des Gemüts; dazu gehört auch die Harmonisierung des Verhältnisses des Menschen zu seiner Leiblichkeit. Beides muss mit dem Geiste miterzogen werden. Erziehung setzt aber die Bereitschaft voraus, alles, was uns ausmacht — Seele, Geist, Leib — immer wieder der Bewährungsprobe zu unterziehen und an Vorbildern zu messen.

Erziehung ist ohne das Vorbild kaum denkbar, die Griechen wussten dies. Darum haben sie die Sieger ihrer Wettkämpfe so hoch gestellt; sie sollten als die geprägte Form einer allgemein menschlichen Lebendigkeit begriffen werden, die wir in uns nachschaffen können. Vorbilder prägen die Vorstellung vom Sinn unseres Daseins. Wo wir einen Stil spüren, kann auch in uns eine Form wachsen, die unser Leben reicher macht. Indem wir es dem Vorbild gleichzutun suchen, ahmen wir nicht das Tun eines anderen nach, sondern formen wir Eigenes, entbinden wir in uns die Kräfte, die das Vorbild gewirkt haben.

Wenn wir Turnen, Spiel und Sport so betrachten, könnten sie entscheidend mithelfen, den Prozess der Selbstentfremdung aufzuheben, den das industrielle Zeitalter über uns gebracht hat, weil es den Menschen so lange zu einem Anhängsel der atomisierenden Maschinentechnik machte, bis auch seine Freizeit zu einem Nebenprodukt seiner Verfallenheit an die Zwänge des Betriebs wurde. Von der Musse her, in die sie leere Zeit verwandeln können, könnte in Umkehrung des heutigen Verhältnisses von Freizeit und Arbeitszeit die Arbeit im Betriebe, im Büro, in der Fabrik, im Amt künftig in Funktion der Freizeit geschehen, die der Mensch errungen hat, indem er über sich Herr wurde.

In Turnen, Spiel und Sport geschieht Selbstbestätigung des Menschen durch freigewählte Herausforderung seiner leiblichen und seelischen Kräfte durch den steuernden Geist. Das Kriterium des «Rechten» kann dabei nicht die quantitativ bestimmte Leistung allein sein; das Kriterium kann auch nicht allein der Sieg über einen anderen sein — das Kriterium ist das Mass der Leistung in Befolgung einer Norm, die auf die Idee des Menschen bezogen ist; das Kriterium ist das Ausmass des Sieges über sich selbst, des Sieges über die Schwerkraft innen und aussen. Mit der Bemühung, sich zum Vorbilde aufzuschwingen, geht eine Steigerung des Ausmasses der Herausforderung des Menschen an sich selber einher; so bleibt das Mass, an dem der Mensch sich messen kann, in nach oben fortschreitender Bewegung. Das Bewusstsein, das Menschenmögliche steigern zu können, ist eine der stärksten Schutzfunktionen, die Turnen, Spiel und Sport der Vermassung des Industriezeitalters gegenüber ausüben können. Wo dies mit der Prägung eines Mannschaftsgeistes einhergeht, wird eine weitere Stufe der Überwindung des Massengeistes erreicht. In einer Mannschaft, die kein gedrillter Haufen ist, sondern eine Gemeinschaft freier Menschen, die sich — wissend, dass sie auch anders könnte — freiwillig dem Gesetz des Ganzen unterstellen, entwickelt ein jeder sein Vermögen zum höchsten Masse, damit das Ganze das Aufgegebene erfülle. So kann im schönsten Sinne des Wortes der Grund für den Geist einer demokratischen Aristokratie geschaffen werden, die nirgends nötiger ist als in einem Gemeinwesen, das die Freiheit zu seinem Grundgesetz erhebt.

Genau an dieser Stelle ist auch ein Wort für das Rekordstreben einzulegen: Dieses kann mehr sein als nur Absicht, ein Star zu werden. Es kann Ausdruck des Gefühles sein, dass der Mensch bei seinem Streben nach dem Äussersten doch eben allein ist, auch wenn andere denselben Weg gehen. So wie der Bergsteiger aus Leidenschaft den Gipfel ganz einfach deswegen angeht, weil der Berg nun einmal da ist, so mag der Läufer, der Werfer, der Schwimmer über alles bisher Erreichte hinaus streben wollen, um an sich darzustellen, wessen der Mensch fähig ist, wenn er Kraft, Mut, Willen hat, sich in Zucht zu nehmen und er es wagt, aller Widersacherschaft der Trägheit der Materie mit der Forderung zu begegnen: «Genug ist eben nicht genug!»

Aber wird dieser letzte Satz nicht immer mehr zur Lebensregel? ... Der Sport zeigt doch ein gutes, ritterliches Mass! DSB

Sport verlängert das Leben

Prof. Dr. Josef Nöcker

Wenn man heute über den Begriff Sport spricht, so meinen die meisten Menschen damit den Leistungssport, und die Gedanken werden auf Olympische Spiele und Meisterschaften gelenkt. Nur wenige erinnern sich noch der alten Weisheit, dass der Sport ein sehr wirksames Mittel zur Gesundheitserziehung und Gesunderhaltung ist. Leider wird von regelmässig betriebenen Leibesübungen in der prophylaktischen Medizin noch sehr wenig Gebrauch gemacht. Die theoretischen Grundlagen hat die Sportmedizin inzwischen geschaffen. Grösstes Hindernis auf dem Weg zur breiteren Anwendung ist heute die falsche Auffassung, der Sport sei Sache der Jugend. Dem muss entgegengehalten werden, dass die sportliche Tätigkeit in der Jugend kein Kapitel ist, das sich im Alter automatisch verzinst, sondern immer wieder neu erworben werden muss. Dabei ist für die praktische Durchführung wichtig, dass sie nicht nur geringer dosiert werden muss, um sie zur optimalen Wirkung kommen zu lassen, sondern es müssen auch alle Übungen bevorzugt werden, die der geringeren Leistungsbreite angepasst sind.

Der alternde Mensch sollte sich daher auf Übungen umstellen, die ihm eine Betätigung bis ins hohe Alter ermöglichen. Hierfür eignen sich besonders Waldläufe, Schwimmen, Rudern, Tennis, Gymnastik, Ballspiele aller Art, vor allem aber Radfahren und Wandern. So verstandener Sport, wohl überlegt und regelmässig ausgeübt, ist ganz ohne Zweifel eines der wichtigsten vorbeugenden Mittel zur Hinauszögerung der Alters-Veränderungen, eine Lebensverlängerung!