Das kann ich nicht!

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

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

Band (Jahr): **25 (1968)**

Heft 2

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-995143

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Das kann ich nicht!

Es vergeht fast kein Tag in meiner Kinder- und Jugendturnstunde, an dem mir nicht diese kategorische Antwort beim Vorturnen einer Übungsform oder einer zusammenhängenden Übung gegeben würde und allen Vorturnern zu allen Zeiten wird es genau so ergehen und ergangen sein. Hier sind wir an einem entscheidenden Punkt unseres ganzen turnerischen Wirkens, ja wir haben es hier geradezu mit einem «Phänomen» in unserer Erziehungsarbeit zu tun. Also die Übung wird vorgeturnt, und das Kind oder auch der Jugendliche entscheiden ohne grosse Überlegung: «Das kann ich nicht!» Würden wir dem darin versteckten Wunsche «das mag ich nicht, das will ich nicht» nachgeben, dann wären wir für immer auf ein totes Geleise geschoben und dem Kinde und Jugendlichen würde sich nie die Erlebniswelt des Formenreichtums turnerischer Bewegung offenbaren.

Hier geraten wir in unserer turnerischen Zielsetzung auch mit denen in Konflikt, die da behaupten, beim Kinde sei alles natürlich und richtig. Im Ggenteil dürfen wir aus der praktischen Lehrerfahrung heraus behaupten, dass beim Kinde aus Mangel an Bewegungserfahrung und auf Grund falscher Vorstellungen, alles voller körperlicher und noch mehr voller seelischer Hemmungen ist. Nicht selten finden wir durch falsche Bewegungserziehung auch beim Erwachsenen noch etwas vom «Kind im Manne» (oder auch in der Frau), wenn man zusieht, dass sie vornehmlich nur ihrer ausgeprägten Neigung «frönen», indem sie nur solche Übungen pflegen, die sie immer schon gekonnt haben. Dadurch besitzen sie nur einen bescheidenen Übungsschatz im Rahmen ihrer Kompositionen, weil sie sich immer wieder an der Überwindung falscher Vorstellungen und an der Beseitigung der seelischen Hemmungen vorbeigedrückt haben. Gewiss gibt es auch innerhalb des Geräteturnens bestimmte Veranlagungen, die vom Typ her durch die physische Struktur vorherbestimmt sind, aber der Vorturner muss sich immer darüber klar sein, dass es physiologisch wertvoller ist, nicht gekonnte Formen zu üben, als immer wieder solche zu wiederholen, die bereits beherrscht sind. Beim Erlernen neuer Formen werden wieder ganz andere Muskelgruppen beansprucht und bisher unbekannte Koordinationen verlangt, während bei bereits beherrschten Übungen, die «Übung» im physiologischen Sinne, längst nicht in dem Masse zur Auswirkung kommt. Dass es auf die Dauer auch den Turner und die Turnerin mehr befriedigt, neue Übungsformen erlernt zu haben als solche zu turnen, die bereits seit langem «sitzen», darüber ist wohl kein Zweifel.

Meist kommt es nur auf den ersten Versuch an, und dann stellt der Zögling mit Erstaunen fest, dass es ja gar nicht so schwer oder so gefahrvoll war, wie er es sich «vorgestellt» hat. Mehr und mehr wächst durch die konsequente Lehrweise auch das Selbstvertrauen des Schülers, und in absehbarer Zeit ist er so weit, dass er gerade die Übungen am liebsten turnt, die ihm noch vor kurzem so viel Schwierigkeiten machten.

Es ist also ein wichtiges Ziel im Geräteturnen, die am Anfang bei den meisten vorhandenen Minderwertigkeitskomplexe durch Bewegungserfahrung zu beseitigen und dadurch das Selbstbewusstsein zur eigenen Leistung zu fördern. Das gilt sowohl für völlig neue Übungsteile, als auch für das wiedergleiche Üben bereits nach einer Seite — der Schokoladenseite — gekonnter Formen. Gute Hilfestellung im Sinne der Unfallverhütung und des Helfens sowie klare technische Bewegungsbeschreibungen sind natürlich wertvolle Stützen, die den Erfolg beschleunigen. Es muss vom Vorturner ein Fluidum des Vertrauens ausgehen, so dass ihm schliesslich seine Schüler, blindlings und rücksichtslos gegen sich selbst, Folge leisten.

Die Turnstunden sind also nicht zum Austoben der Kinder und Jugendlichen und auch nicht zum «Produzieren» bereits seit uralten Zeiten beherrschten individueller Übungen der Turner und Turnerinnen da, sondern — darin liegt der körperliche und auch der erzieherische Sinn des Turnens — um immer wieder aufs neue, bei jung und alt, körperliche und seelische Hemmungen zu beseitigen, den inneren und äusseren «Schweinehund» zu überwinden, damit am Ende der in allen Sätteln gerechte: «wendige» Kerl (Jahn) und die echte deutsche Frau stehen.

-ml- «Sportbund Nordrhein-Westfalen», 10/1963

Sofortige Wirkung mit DUL-X, dem biologischen Massagemittel

Starke Durchblutungssteigerung entschlackt Haut und Muskeln

Daher: Beseitigung von Muskelkater, Steigerung von Leistung und Durchhaltevermögen

Flasche Fr. 3.80, Grosspackungen zu Fr. 6.50 und 11.50.

In Apotheken und Drogerien

IKS 12548

Wissenschaftlich erprobt. Von internationalen Sportgrössen anerkannt.

BIOKOSMA AG
Ebnat-Kappel/Suisse

DUL-X®