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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 33 (1976)

Heft: 1

Artikel: Baby-Schwimmen, ja oder nein

Autor: Kennel, L.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-994313

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

Rekorde kein Privileg für langes Leben

Manfred Steffny

Leute, die in einem Alter anfangen, Sport zu treiben, in dem andere aufhören, haben eine höhere Lebenserwartung als untätige frühere Leistungssportler. Dies lehrt der Fall des Langstreckenläufers Wladimir Kuz aus der Sowjetunion. Acht Jahre lang hielt sein 5000-m-Weltrekord von 13:35,0 aus dem Jahre 1957, ehe ihn der Australier Ron Clarke verbesserte. Die Gesundheit war weniger stabil, als sich Kuz schlagartig, 1958, vom Sport zurückzog. Der 1,68 m grosse Mann tat nichts mehr, führte sich aber weiterhin Kalorien zu wie ein Schwerarbeiter und erreichte ein Gewicht von über 100 Kilogramm. Um den einmal hochentwickelten Kreislauf in Gang zu halten, griff Kuz zum Stimulans Alkohol. Kürzlich starb der Weltrekordler und Olympiasieger über 10 000 m den Herztod.

Es gibt kein Privileg für ein langes Leben des Leistungssportlers, wenn er nicht nach seiner Karriere ebenso wie Herr Jedermann sich zwei- bis dreimal in der Woche sportlich betätigt und dabei Reize für Herz und Kreislauf setzt. Sepp Hipp, der Olympiafünfte im Zehnkampf 1952, starb mit 32 Jahren den Herztod, weil er Unmegen ass und kaum noch etwas für den Kalorienabbau tat. Eine Reihe von ähnlichen Fällen gibt es auch in anderen Sportarten, wobei der Hauptfehler der Betroffenen Bewegungsmangel und Beibehaltung früherer Essgewohnheiten war.

Alain Mimoun, Zeitgenosse von Kuz und Olympiasieger von 1956 im Marathonlauf, blieb dem Laufen treu. Mit 54 Jahren ist er noch in der Lage, die 10 000 m in 32 Minuten zu laufen und hält sein Renngewicht von 1956. Wie schnell dagegen der organische Leistungsabfall ist, erfuhr Herbert Schade, der Olympiadritte 1952 in Solingen. Als er 1953 drei Monate lang pausierte, nahm er neun Kilogramm zu und kam bei einem sportmedizinischen Test bei einer Bestzeit von 14:06 (1952) nur mehr auf 18 Minuten. Heute hält sich Schade in erster Linie durch häufiges Saunieren und gelegentliche Läufe fit.

Der Europameister von 1954 über 100 und 200 m, Heinz Fütterer, ist durch Untätigkeit so kurzatmig geworden, dass er im Vorjahr in Hannover bei den Deutschen Leichtathletik-Meisterschaften in einer Staffel früherer Spitzenläufer nur mehr 50 Meter mühsam zurücklegen konnte. Dutzende von Altersläufern, die in jungen Jahren nicht unter zwölf Sekunden über 100 m gelaufen sind, würden Fütterer und anderen Grössen spielend davonlaufen.

Falsch verstandener Ehrgeiz hält oft frühere Spitzenkönner davon ab, sich als Volkssportler zu betätigen. Sie fürchten den Vergleich mit früheren Leistungen. Das Schlagwort vom «rechtzeitigen Aufhören» geistert in zu vielen Köpfen. Dabei geht es darum, nie aufzuhören. Olympiasieger wie Herb Elliott (Australien) als Orientierungsläufer und Georg Thoma (Hinterzarten) als Volksskiläufer suchen noch immer das Wettkampferlebnis und bewahren sich so ihren jugendlichen Elan.

DSB/sid

Unser Forum

Baby-Schwimmen, ja oder nein

L. Kennel

Baby-Schwimmen oder sagen wir besser Kleinkinderschwimmen ist ein Thema, mit dem auch die ETS zunehmend konfrontiert wird. Man fragt, bestellt Literatur oder Filme. Es ist ein Thema, mit dem wir uns kaum eingehend beschäftigen können, richten sich doch unsere Interessen gezwungenermassen auf ältere Schüler aus. Immerhin, das Thema ist verlockend, und wir gedenken es im Auge zu behalten, sei es auch nur mit dem Mittel der Diskussion. Diese Diskussion ist nicht einfach zu führen, da sachliche Grundlagen weitgehend fehlen oder in vor allem fremdsprachlicher Literatur festgehalten sind. Es stehen sich oft Meinungen gegenüber; der Glaube überdeckt das Wissen um Tatsachen. Wie vielerorts in Erziehungs- und Ausbildungsfragen diktieren Emotionen die Diskussion.

Der nachfolgende Artikel stammt von L. Kennel-Kobi, der ehemaligen Schwimmerin und heutigen Schwimmpädagogin. Sie nennt die hauptsächlichsten Richtungen, die im Kleinkinderschwimmen zu verzeichnen sind und stellt sich eindeutig gegen die kommerziellen Schulen. Vielleicht wird aufgrund dieses Artikels eine Diskussion in unserer Zeitschrift eröffnet.

H. Altorfer, Fachleiter Schwimmen ETS

Gestatten Sie mir vorerst eine Frage: Was verstehen Sie unter dem Begriff «Baby»? Der Ausdruck «Baby», übrigens wieder einmal mehr aus dem englischen Sprachgebrauch übernommen, vertuscht ein bestimmtes Alter des Kindes. Beim Begriff «Baby-Schwimmen» entstehen dadurch gewiss grosse Unklarheiten.

In der Zeitung war über die «Wasserbabies» von Villars zu lesen. Es handelt sich dabei um Säuglinge ab drei Monate, die Schwimmunterricht erhielten. In Deutschland werden Versuche mit Neugeborenen durchgeführt, wobei diese bis zu ihrem 18. Monat regelmässig unterrichtet werden. Das Experiment läuft unter der Bezeichnung «Baby-Schwimmen». Unter demselben Namen sind in Winterthur Kurse für Kinder bis zu drei Jahren ausgeschrieben.

Ziel und Zweck

Der Franzose Jean Fouace, der in Villars unterrichtet, erklärt: «Man will die Babies mit dem nassen Element so vertraut machen, dass die Ertrinkungsgefahr, meistens durch einen Schock ausgelöst, ausgeschlossen wird.» Seine Methode sei ganz natürlich. Ich zitiere aus einem Zeitungsartikel: «Junge Mütter steigen mit ihren Babies ins Wasser und fangen an, sie unter Anleitung des französischen Schwimmlehrers zu trainieren. Höhepunkt der morgendlichen Lektion: Man wirft die Mini-Menschlein in hohem Bogen ins Bassin oder kippt sie aus einem Gummiboot und überlässt sie dann seelenruhig ihrem Selbsterhaltungstrieb.»

Andere Ziele verfolgt die Sporthochschule Köln. Mediziner und Entwicklungspsychologen interessieren sich für das Säuglingsschwimmen in erster Linie, um die Bewegungsweise des Kindes zu studieren. Sie erhoffen sich davon genauere Kenntnisse über die Reifungsgesetze des zentralen Nervensystems. Pädagogen hingegen schenkten dem Säuglingsschwimmen bis 1971 so gut wie keine Beachtung.

Die Winterthurer Schwimmlehrerin Ursula Bohn packte das Problem von der praktischen Seite an. Sie wollte wissen, ob sich die Anstrengungen lohnen, oder ob es sich um verlorene Liebesmüh handelt. Sie gewöhnte deshalb ihren Sprössling Roger in der Badewanne systematisch ans Spielen im Wasser, verbunden mit den ersten Wassergewöhnungsübungen. Nach vier Monaten wurde Roger dann zum ersten Mal unters Wasser getaucht, worauf er sich allmählich an den Aufenthalt unter Wasser gewöhnte. Erst etliche Monate darauf vertauschte Frau Bohn ab und zu die Badewanne

mit einem gut geheizten Lehrschwimmbecken und übte täglich systematisch mit ihrem Kleinkind. Ihr Ziel: Erlernen des Auftauchens, Vorwärtsbewegen bis zur Mutter oder bis zum Bassinrand und Aussteigen. Nach total 1½ Jahren war Roger so weit: Er springt sogar vom 1-m-Brett und taucht allein wieder auf. Im Wasser wartet allerdings seine Mutter. «Schwimmen über Wasser kann er natürlich noch nicht», sagt sie. «Er paddelt unter Wasser, und wenn er Luft schnappen muss, ziehe ich ihn jedesmal an die Oberfläche.» Noch etwas verrät sie uns: «Während diesen 18 Monaten erhielt Roger 450 Lektionen zu 10 Minuten im Wannenwasser und dazu noch 350 Lektionen im Schwimmbad. Ohne die nötige Geduld und Liebe ist das Baby-Schwimmen absolut zu verneinen.»

Sicher ist beim Baby-Schwimmunterricht (Alter 0 bis 18 Monate) generell ein Fragezeichen zu setzen. Ich erinnere mich an amerikanische Filme mit Ueber- und Unterwasseraufnahmen. Deutlich wurde die grosse Angst der Kleinen sichtbar. Der Lebenserhaltungstrieb und nicht die Freude herrscht vor. Die Erregtheit zeigte sich nicht nur auf den Gesichtszügen, sondern auch im vegetativen Verhalten der Babies, die beispielsweise öfters vor Anstrengung erbrechen und Urin lassen. Neben den körperlichen und seelischen Ueberforderungen lassen sich also auch hygienische Einwände erheben. Kinder sollten sich aber im Wasser wohl fühlen. Sie sollten Freude am Baden haben, auch wenn sie einmal unter Wasser geraten. Ihr spezifisches Gewicht ist günstig, sie können ohne weiteres auf dem Wasser treiben. Bei Babies aber kann man nicht an die Aufnahmefähigkeit von Ratschlägen appellieren, und sie sind auch geistig noch nicht so weit entwickelt, dass sie Bewegungen nachahmen können. Weshalb die Kleinen nicht in der Badewanne spielen und planschen lassen, wo sie sich in eng begrenztem Raum an Wasserspritzer gewöhnen, gelegentlich sogar untertauchen? Den Zielen dieser Stufe wird leider viel zu wenig Beachtung geschenkt. Noch gibt es zahlreiche Kinder und Erwachsene, ja sogar Lehrer, die wohl schwimmen können, nicht aber wassergewohnt sind.

In Fachkreisen sind wir uns einig: Sofern sich das Säuglingsschwimmen in Form von Wassergewöhnung in der Badewanne abspielt, dann *ja*; aber bitte ohne Zwang. In den seltensten Fällen jedoch lohnt sich ein Schwimmkurs in einem öffentlichen Bad. Deshalb, kommerzielles Säuglingsschwimmen: *Nein.*

Kleinkinder im Alter von 1½ bis 2 Jahren werden im Gruppenunterricht vielfach überfordert. Der Konkurrenzkampf, der meistens zwischen den Müttern besteht, und der Erfolgsbeweis des Schwimmlehrers, um dessen Existenz es am Ende auch noch geht, wirken sich ungünstig aus.

Zu empfehlen sind hingegen Schwimmkurse für Mutter mit Kind (Alter des Kindes 2 bis 5 Jahre), sofern diese durch eine speziell ausgebildete Lehrkraft durchgeführt werden. Vermehrte Kurse für Kinder im Vorschulalter wären deshalb dringendst notwendig.

Sind Schulkolonien wirklich Sportlager?

R. Trüb

Die etwas provokatorische Fragestellung von H. Hägeli in Nr. 10 könnte leicht überspitzt beantwortet werden: *Hoffentlich werden möglichst viele Schulkolonien als Sportlager durchgeführt,* denn in unseren Lehrplänen landauf landab ist ja sonst schon der sportlichen Betätigung nur ein bescheidenes Schattendasein beschieden! Günstigstenfalls ist *ein* Zehntel der wöchentlichen Unterrichtszeit Spiel, Sport und Turnen gewidmet, während *neun* Zehntel darauf verwendet werden, viel «wichtigeres» (allerdings: für wie lange?) in den Kopf hinein zu stopfen. Da wäre es doch sicher sinnvoll, wenigstens einmal für ein bis zwei Wochen jährlich den Spiess umzudrehen und statt Intellekt nunmehr sinnvolle körperliche Betätigung in den Vordergrund zu stellen, oder etwa nicht?

Kernfrage ist aber doch wohl, zu wissen, was man unter «Schulkolonie, Schullager, Klassenlager, Arbeitswoche oder Landschulwoche usw.» inhaltlich und pädagogisch versteht. Geht es darum, einfach an einem andern Ort stundenplanmässig Unterricht zu halten, dann ist es klar, dass man sich wohl oder übel an den Wochenplan zu halten hat. Aber wo liegt bei einem solchen Vorgehen ein Sinn, wenn zu Hause ohne die hohen Verlegungskosten so ziemlich das Gleiche herausschauen wird? Ein Lager mit seinen zusätzlichen Aufwendungen hat doch wohl nur dann seine volle Berechtigung, wenn wertvolle Elemente hinzukommen, die zu Hause kaum erfüllbar sind: Zusammenleben, einfachere Umgebung, gesundheitliche Vorteile. Aber auch in der Form dürfte — zumindest auf der für J+S allein in Frage kommenden Oberstufe — sich eine altersgemässe und ansprechende Weise aufdrängen. In zunehmendem Masse sollen doch unsere Schüler an selbständige Arbeit, an gemeinsame Erkundungen in Gruppen, an eine Auswertung im Team gewöhnt werden. Der Lagerort und seine weitere Umgebung sollen den stofflichen Rahmen ergeben, ein Kontakt mit der Bevölkerung ist ja sicher erwünscht und trägt zu gegenseitigem Verstehen bei. Und wieso soll nicht eine ganztägige Wanderung von den Schülern auch ein gewisses Mass an körperlicher Leistung abfordern? Wir dürfen doch wahrhaft nicht zu ängstlich sein; abgesehen davon, dass eine solche Exkursion naturkundlich-geographisch recht ergiebig für ein ganzes Lager sein dürfte. Dass dazwischen ein Ballspiel als Auflockerung noch Platz hat, vielleicht ein Schwimmbad zum Schwimmen lockt oder ein frühmorgendlicher Waldlauf einen frohen Start zum erlebnisreichen Lagertag bedeuten kann, wer wäre damit nicht einverstanden? Gut gelungene Klassenlager haben auch in den früheren Jahren und ohne J+S neben «geistiger Arbeit» diese Komponenten enthalten.

Genau eine solche Mischung aber streben die Fachleute im Ausschuss «Wandern und Geländesport» an. Es ist offensichtlich, dass in einem gegebenen Rahmen das Schwergewicht auf ganz unterschiedliche Punkte gelegt werden kann: ein Jungscharlager wird sich darin von einem Pfadfinderlager unterscheiden, ein Lehrlingslager ebensosehr von einem Schullager, und innerhalb gleichartiger Lager schliesslich wieder je nach Leiter. Am besten wird stets jenes Lager gelingen, das ein Leiter aus seinem Können und seiner Ueberzeugung heraus mit seinen Teilnehmern selbständig gestaltet, ohne dass er unnötig eingeschränkt wird. Als Experte habe ich in den vergangenen Jahren Einblick in viele Lagerprogramme erhalten und mich bei einzelnen Lagerbesuchen persönlich davon überzeugen können, wie geschickt fähige Lehrer es verstehen, sowohl dem Rahmen von Jugend + Sport gerecht zu werden, wie solche Programme auch schulisch optimal zu gestalten.

Ohne gründliche Vorbereitung allerdings sind erfolgreiche Klassenlager kaum, solche im Rahmen von J+S ganz bestimmt nicht durchführbar. Alle Programme müssen ja im Auftrage der kantonalen Aemter durch Experten, welche selber über die nötige Lagererfahrung verfügen, beurteilt und meist bis ins Detail mit dem Leiter durchbesprochen werden. Dass hier mitunter bei Lehrern, die «provisorisch anerkannt» waren (und noch keine eigentliche Ausbildung erhielten), einiges hat verbessert werden müssen, sei nicht verschwiegen, doch ab kommendem Jahr entfällt dieser