Können Spitzensportler spielend leisten?

Autor(en): **Weber, Marcel**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **40 (1983)**

Heft 7

PDF erstellt am: **29.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-993586

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.

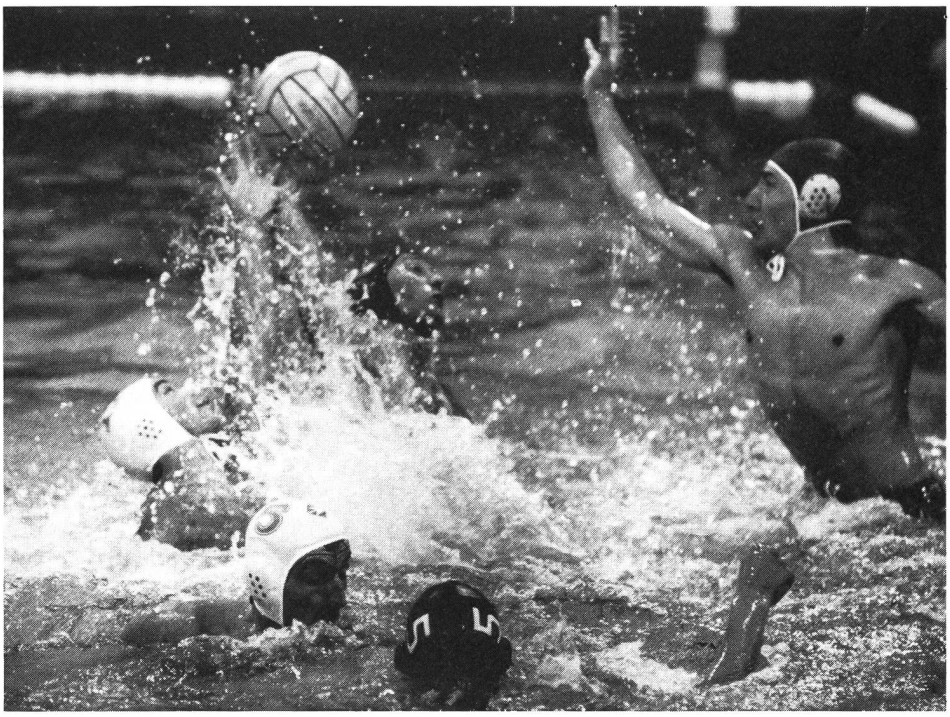
Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Können Spitzensportler spielend leisten?

Marcel Weber, ETH Zürich

Zur Turn- und Sportlehrerausbildung an der ETH in Zürich gehört neuerdings ein Seminar mit dem Titel «Spiel». Der Kurs, unter der Leitung von Dr. K. Widmer und W. Bucher, beschäftigt sich während eines Semesters ausschliesslich mit dem Phänomen des Spiels. In der Folge entwickelte man im Seminar (SS 82) ein Spielprojekt, welches ausschliesslich unter Verwendung von *Würfeln,* an verschiedenen Sportarten, Altersgruppen, Geschlechtern und Entwicklungsstand ausprobiert werden sollte.
Aus diesem Grunde besuchte dann eine Gruppe angehender Turnlehrer den Wasserball-Schweizer-Meister vom Schwimmklub Horgen.



Das Projekt

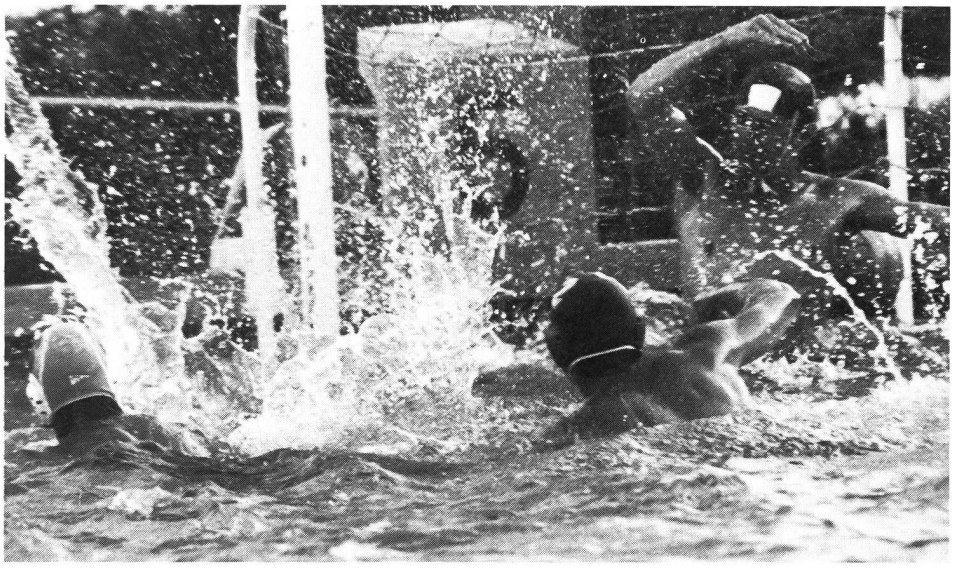
Das Schwimmtraining der ersten Mannschaft wurde für einmal unter die Leitung der Turnlehrer gestellt. Zeitaufwand und Umfang entsprachen in etwa der üblichen Trainingsleistung. Nur wurden Art und Weise oder Anzahl Wiederholungen der Trainingselemente von den selbst gewürfelten Zahlen bestimmt. Jeder Spieler hielt also sein Glück in den eigenen Händen; es war für einmal nicht der Trainer, der die Spieler «hetzen» musste. Die Seminarteilnehmer versuchten mittels genauer Beobachtungen Antworten auf folgende Fragen zu erhalten:

- Wie würden Spitzensportler, die hartes Training gewohnt sind, diese Art Training annehmen? (Ablehnung/Einsatz)
- Wie wird die Autorität des Würfels anerkannt? (Wird gemogelt oder nicht?)
- Führt dieses Training zu gesteigerter/sinkender Trainingsintensität?
- Erfinden die Spieler selbständig eigene Übungsformen?
- Leistungstraining mit Würfeln, ja oder nein? usw.

Anschliessende Gespräche mit den Spielern sollten ebenfalls zu Resultaten führen.

Ergebnisse

Etwas komisch mutete das Bild vom breitschultrigen Wasserballer mit dem kleinen, entscheidenden Würfel schon an. Trotzdem kann von einem sehr positiven Versuch gesprochen werden. Es zeigte sich, dass auch der erfolggewohnte, hart trainierende Sportler durchaus noch *spielend* leisten kann. Der Erfolg dieses Trainings zeigte sich durch den eifrigen Einsatz der Spieler und die amüsante Stimmung trotz ansprechender Trainingsleistung. Mehrheitlich wurde den Zahlen Folge geleistet, wohl auch aufgrund der Kameradenkontrolle. Die Spiele selbst animierten offensichtlich die Geister, wurden doch einige neue Varianten erfunden.
Natürlich gab es auch Kritik: So ging zum Beispiel relativ viel Zeit verloren, bis die Regeln bekannt waren. Auch müssen sich die Spieler zum Würfeln am Schwimmbadrand festhalten; dies führte zu unnötigen und zu langen Erholungsphasen, und damit zu verminderter Intensität. Eventuell könnte eine einwandfreie Organisation diese Probleme in Grenzen halten.
Daneben muss gesagt werden, dass natürlich vieles beim Würfeln vom Zufall abhängt. Dies steht im krassen Widerspruch zum zielgerichteten Trainingsaufbau. Ein Problem, das nur mit Kompromissen zu lösen wäre.
Das spielerische Leistungstraining kann nicht gänzlich verneint, beziehungsweise befürwortet werden. Als Impuls, Anreiz oder Auflockerung zum richtigen Zeitpunkt wird es seine Wirkung kaum verfehlen. Hingegen würde das Spiel als führendes Element auf die Dauer ein zielgerichtetes Training verunmöglichen.

Beispiele von Spielformen

- Anzahl gewürfelte Punkte ⟶ Anzahl Einheitsstrecken.
- Gerade Zahl ⟶ Crawl/ungerade Zahl ⟶ Rückencrawl.
- Nach jeder Strecke wird gewürfelt; wer hat zuerst 30 Punkte?
- Gruppeneinteilung: – alle geraden – alle ungeraden Zahlen zusammen.
- Zu zweit: Spieler A würfelt für Spieler B und umgekehrt.
- A und B würfeln je einmal, zählen zusammen ⟶ Anzahl = Strecken abwechslungsweise in Intervallform. ■