

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 7 (1950)

Heft: 3

Artikel: Gedanken zum Wettkampfsport

Autor: Meier, Marcel

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-990683>

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: 22.02.2026

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

Starke Jugend Freies Volk

Monatsschrift
der Eidgenössischen Turn- und
Sportschule (ETS.) in Magglingen



Magglingen, im März 1950

Abonnementspreis Fr. 2.— pro Jahr

Erscheint monatlich

7. Jahrgang

Nr. 3

Gedanken zum Wettkampfsport

Wenn wir in die Vergangenheit zurückblicken, können wir feststellen, dass es Zeiten gab, in denen der Körper geschult und gepflegt, in anderen dagegen vernachlässigt wurde. Im Altertum finden wir zum Beispiel eine Körperkultur, deren hohes Niveau im ganzen Mittelalter nicht mehr erreicht wurde. Denken wir bloss an die alten Ägypter, an ihre körperliche und häusliche Reinlichkeit, an ihre Bäder und Waschungen, oder an die Gymnastik der Antike, welche auf die harmonische Ausbildung des ganzen Menschen gerichtet war, was u. a. durch die Tatsache erhellt wird, dass jedes griechische Gymnasium über Spiel- und Gymnastikplätze verfügte. Auf der andern Seite kennen wir die mittelalterlichen Zustände der Körperpflege; gab es doch eine lange Zeit, in welcher der Körper lediglich als Hort des Bösen und als unsittlich angesehen wurde. Vergewärtigen wir uns nur die zierliche Rokokozeit, in der es als barbarisch galt, sich von der Sonne bräunen zu lassen, in der mit reichlich viel Puder und Parfum die üblen Gerüche des ungewaschenen Körpers überdeckt wurden.

Heute sind wir — wenigstens in dieser Beziehung — einen gehörigen Schritt weiter; ist es doch das Bestreben jedes aufgeklärten Menschen, sich durch Reinhalten von Körper, Wohnung und Arbeitsstätten vor Krankheit zu schützen.

Reinlichkeit allein genügt aber nicht. Unsere körperlichen Anlagen und Kräfte degenerieren, wenn wir sie vernachlässigen, sie nicht betätigen. Und diese Gefahr ist gross — besonders heute, im «Zeitalter der tausend Bequemlichkeiten». Darum der natürliche Drang des modernen Menschen nach einem körperlichen Ausgleich. Prof. Dr. C. Diem findet dafür folgende Worte: «Die seelischen Wurzeln des Sportes ruhen in der neuen Naturliebe. Sport ist eine Abkehr von der Naturentfremdung des Maschinenzeitalters, eine seelische Selbsthygiene gegenüber dem Werktag ohne Licht und

Luft im Gleichmass der Arbeitsteilung und in der Nüchternheit der Fabrikfron. Wandern, Wildwasserfahren, Skilaufen, Segelfliegen und Gipfelstürmen sind hiervon die Auswirkung.»

Warum Leistung?

Es entspringt einem durchaus natürlichen und berechtigten Bedürfnis der Sporttreibenden, die Kräfte und Fertigkeiten im friedlichen Wettkampf aneinander zu messen (Schohaus). Das Ziel der sportlichen Leistung soll aber nicht der oder jener Rekord sein, viel eher eine Steigerung der persönlichen Anlagen und Möglichkeiten. Sportredaktor Fred Jent schreibt über den Rekord: «Ein Rekord, der um des Rekordes willen entsteht, ist ein Unsinn, denn es widerspricht dem echten Sinn des Sportes gänzlich.» Der Wettkämpfer, der den tieferen Sinn des Sportes erfasst hat, der ihn nicht nur dazu missbraucht, seinen Geltungstrieb in dieser Form abzureagieren, freut sich über jede Leistung, und sei sie in den Augen der Allgemeinheit noch so klein; er freut sich darüber, dass er einen Sieg über sich selbst errungen hat, dass er seinen Körper durch Ausdauer, Wille, Fleiss, durch Disziplin und geregelte Lebensführung so weit gebracht hat, überdurchschnittliche Leistungen zu vollbringen; er freut sich am Kampf. Nehmen wir als Beispiel einen Skilangläufer: Auf der langen Fahrt ist er allein und auf sich selbst angewiesen, da ist kein tobendes Publikum, von dessen Begeisterungswogen er davongetragen wird, nein, allein zieht er auf der stillen Spur, durch schweigende Wälder, schiesst blitzschnell zwischen gefährlichen Stämmen

Aus dem Inhalt:

Gedanken zum Wettkampfsport

Basket-Ball / Im Verlieren lächeln / Vorunterricht / Reck und Kasten als

Doppelgerät / Heja Sverige ... / Die Leiter haben das Wort

Bücher und Zeitschriften

men Steilhänge hinunter, quält sich in mühsamen Aufstiegen — immer allein im Kampf mit dem unsichtbaren Gegner «Zeit». Und wenn dann der Moment kommt, wo er glaubt, jetzt gehe es nicht mehr, wo der berüchtigte «tote Punkt» seinen Willen zu untergraben droht, dann setzt er seine Willenskräfte ein und nimmt den Kampf auf gegen das Schlappmachen. Was ihn nach überstandenen Strapazen am meisten freut, ist der Sieg, den er über sich selbst errungen hat.

Menschen, die den Wettkampfsport in diesem ursprünglichen Sinne auffassen und erleben, kommen nicht in Gefahr, das Mass zu den Dingen zu verlieren; sportliche Leistungen bedeuten ihnen nicht alleiniger Inhalt des Lebens, sondern lediglich natürlicher Ausgleich. Das Anspannen der seelischen und körperlichen Kräfte, der Drang, hie und da an die persönliche Leistungsgrenze zu gehen,

erfüllt sie mit echter Daseinslust und Freudigkeit an Körperkraft und Gesundheit.

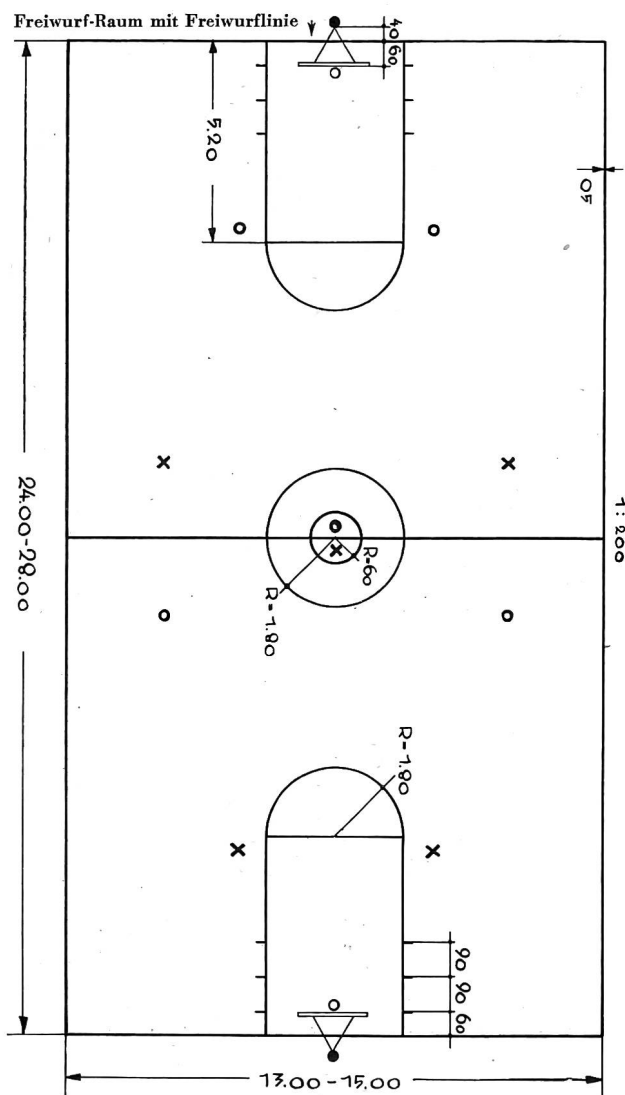
Unsere Beziehungen zu den Leibesübungen hat der Schöpfer der modernen Olympischen Spiele, Baron Pierre de Coubertin, in feinen, tief sinnigen Worten umschrieben:

«Leibesübung soll unser Leben begleiten wie ein munterer Bach den Wanderer; in der Kindheit sollen uns des Baches lustige Spritzer netzen, in der Jugend wollen wir uns in ihm wälzen und jubeln, in der Vollreife baden wir in dem zum Strome gewordenen, mit der sinkenden Sonne kosen seine Wellen bei beschaulichen Schwimmstössen unsere Schultern, und im Alter sitzen wir an seinen Ufern und erfreuen uns der neuen Jugend in seinen Fluten.»

Marcel Meier

Basket-Ball

Von Pierre Joos, Magglingen
(Fortsetzung)



Spielfeld-Plan für Basketball
mit Spieleraufstellung: O—X

In der vorhergehenden Nummer dieses Blattes haben wir die Technik des Basketball-Spieles eingehend besprochen und zugleich einige methodische Uebungen dargelegt. Heute wollen wir uns mit den

Spielregeln

vertraut machen. Wir haben allerdings nicht die Absicht, sämtliche Regeln einfach aufzuzählen; vielmehr liegt uns daran, die wesentlichen und die für die Schüler notwendigen und verständlichen herauszugreifen. Die Entscheidung darüber, wann die einzelne Regel eingeführt werden soll und muss, überlassen wir dabei dem methodischen Geschick des Leiters. (Siehe auch Nr. 2/1948.)

1. Die Mannschaft

Sie besteht aus 5 Mann (2 Verteidiger und 3 Stürmer) und hat u. a. das Recht, 3 Ersatzspieler zu stellen. Bei Wettkämpfen trägt jeder Spieler seine Nummer auf Brust und Rücken (s. Verteilung der Spieler auf der Feldskizze).

2. Die Spieldauer

Ein wettkampfmässig ausgetragenes Spiel dauert 2 x 20 Minuten. Selbstverständlich ist die Spieldauer in Training und Wettkampf dem Alter und den Fähigkeiten der Spieler anzupassen (z. B. für Jugendliche 2 x 10 Minuten). Zu Beginn jeder Halbzeit gibt der Schiedsrichter den Ball im Mittelkreis des Feldes ins Spiel (durch «Aufwurf»).

3. Punktwertung

Ein aus einem Spielzug resultierender «Korb» zählt 2 Punkte, ein durch Freiwurf erzielter nur 1 Punkt. Im Falle der Punktgleichheit bei Spiel-Ende wird das Spiel so oft um 5 Minuten verlängert, bis die Entscheidung fällt. Die Mannschaft mit der höchsten Punktzahl ist Sieger.

4. Spielfeld und Spielgerät

- Das Spielfeld — Aufstellung der Spieler zu Beginn jeder Halbzeit (s. Skizze)
- Die beiden Zielbretter mit Korb (s. Skizze)
- Der spezielle Basketball ist aus Leder und weist den beträchtlichen Umfang von 75—80 cm auf. Gut gepumpt beträgt sein Gewicht 600—650 g. Im Notfall kann natürlich auch ein Fuss- oder Korbball verwendet werden.