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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 10 (1953)

Heft: 6

Artikel: Bilder lehren

Autor: Meier, Marcel

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991219

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: 13.12.2025

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

Bilder lehren

Marcel Meier

In Zeitungen und Zeitschriften erscheinen oft Bilder, welche Athleten in einer bestimmten Bewegungsphase zeigen. Meistens betrachtet man solche Bilder nur flüchtig, so wie man eben Bilder allgemein betrachtet. Natürlich bleiben so nur flüchtige Eindrücke zurück. Dem einen imponierten die Muskeln, den andern beeindruckte die Schönheit der Bewegung, wieder ein anderer interessierte sich nur für das Gesicht — wie sieht er eigentlich aus?

Wenige aber nehmen sich Mühe und Zeit, ein Sportbild näher unter die Lupe zu nehmen, es zu studieren. Dabei kann uns aber gerade ein solches Bild sehr viel lehren, es kann uns bei näherem Studium Aufschluss über viele interessante Details geben.

Nehmen wir als Beispiel Bild Nr. 1. Es zeigt den jungen amerikanischen Olympiasieger und Weltrekordmann im Zehnkampf, Bob Mathias. Ganz augenfällig ist die tadellose Streckung (Beine, Hüfte, Rumpf). Die ganze Stoss- und Streckkraft wurde gut auf die Kugel übertragen. Auch das linke Bein, das Stemmbein, kam gut zum Einsatz. Korrekt ist auch die Kopfhaltung. Der ganze Körper strebt dem Gerät nach . . .

«ATP»

Diese einwandfreie Stoßstellung sagt uns, dass der vorangegangene Bewegungsablauf gut gewesen sein muss, ansonst Mathias gar nicht in diese technisch einwandfreie Stellung gekommen wäre.

Betrachten wir als Gegenstück Bild 2, das an einer Vorunterrichtsprüfung aufgenommen wurde. Der Einsatz an Energie ist wahrscheinlich verhältnismässig nicht viel geringer als beim Olympiasieger, wegen der mangelhaften Technik bleibt dieser Jüngling jedoch weit hinter seiner möglichen Leistung zurück. Das Bild zeigt uns, dass der Anhupf den Körper viel zu früh über das Stemmbein (links) in Vorlage brachte, so dass die Hüft- und Beinstreckung (rechts) gar nicht mehr einsetzen kann. Aus der im Bild festgehaltenen Stellung kann nur noch ein saftloser Armstoss erfolgen. Schlecht ist auch das Ausweichen des Oberkörpers und Kopfes nach links. Die Kugel wird dadurch neben dem abgedrehten Körper vorbei gestossen, statt dass dieser mit ganzer Wucht hinter dem Gerät wirkte, wie das bei Mathias so schön der Fall ist.

* * *

Aehnliche Studien kann man bei den drei Hochsprungbildern anstellen. Bild 3 zeigt den ökonomischen Rollstil. Der Körper liegt parallel zur Latte und der Schwerpunkt braucht somit nur knapp über die Latte gebracht zu werden. Ganz anders bei den Sprüngen wie sie die beiden nächsten Bilder zeigen. Der Jüngling auf Bild 4 demonstriert eine einfache Schere, der Knabe auf Bild 5 zeigt einen stillosen Feld-, Wald- und Wiesensprung. Bei beiden muss der Körperschwerpunkt wegen des aufgerichteten Oberkörpers die Latte sehr hoch überqueren. Der Kräfteverbrauch ist bei solchen Sprungarten demnach ein bedeutend grösserer als es bei einem gewöhnlichen Roller der Fall ist.

Das Studium von Bildern wird erst so richtig interessant, wenn wir versuchen, gewisse Schlüsse daraus zu ziehen, wenn wir uns z. B. Fragen folgender Art stellen: