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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 14 (1957)

Heft: 12

Artikel: Aus der Praxis des Sportlehrers

Autor: Rüdisühli, Werner

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-991089

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: 05.12.2025

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

günstig auswirkt. Aus diesen Ueberlegungen heraus ist man in einzelnen Firmen dazu übergegangen, auch den jugendlichen Hilfsarbeitern diese körperliche Ertüchtigung zukommen zu lassen.
Bei richtiger Anwendung des Lehrlingsturnens können die jungen Leute hinsichtlich Leistung, Zusammengehörigkeit und Kameradschaft sukzessive geschult werden. Da die Burschen in diesen Altersjahren eher zur Bequemlichkeit neigen, sind sie nicht imstande, ihre maximale Leistungsgrenze zu kennen. Es kommt heute selten vor, dass ein Lehrling aus eigenem Antrieb eine berufliche Sonderleistung vollbringt! Es ist deshalb zu begrüssen, wenn die Sportlehrer in der Turnstunde oder auf dem Marsch auf kurzzeitige Spitzenleistungen tendieren, damit die Leute langsam merken, welche Kraftreserven in ihnen schlummern. Auf diese Weise kann der Wille gestärkt und geschult werden. Zudem ist diese Methode ein ausgezeichneter Weg zur Selbstbeherrschung.
Wenn die Lehrlinge diese beiden Begriffe, nämlich Wille und Selbstbeherrschung bis zum Abschluss der Lehrzeit «zügeln» lernen und die persönliche Bequemlichkeit unterdrücken, so werden sie im späteren Leben nie vor Probleme gestellt, die nicht gelöst werden können. M. Corneille, Benninger AG, Uzwil.

Ein Personalchef:

Der Weg zur besten, d. h. zur vielseitigsten Körperertüchtigung geht über das Turnen. In diesem sind alle Möglichkeiten enthalten, den jungen Menschen allseitig so vorzubereiten, dass er, ohne Schaden zu nehmen, allen vernünftigen, zumutbaren, körperlichen Anstrengungen im Beruf und Sport gewachsen ist. Die Erkenntnis und Bestätigung der Richtigkeit dieser Ansicht bekommen wir sehr oft zu lesen in Briefen aus der RS, in denen unsere Jungen in träfen, originellen Sätzen mit berechtigtem Stolz darauf hinweisen, dass sie, dank der körperlichen Ausbildung bei uns, den Strapazen merklich besser gewachsen seien, als die, welche keinen oder nur einseitig Sport betrieben haben.
Nun kommt es aber sehr auf den technischen Leiter an, d. h. auf seine Ausbildung, auf seine pädagogischen Fähigkeiten und seine Begabung, die Jünglinge begeistern zu können und individuell Rücksicht zu nehmen auf die Verschiedenheit der Charaktere und der Körperkonstitutionen seiner Zöglinge.
Bis vor ca. Jahresfrist waren es bei uns immer tüchtige Kräfte aus Turnerkreisen, die unseren damaligen Ansprüchen meistens voll genügten. Heute aber, nachdem unsere Jungmannschaft bald ein Jahr in den Händen von Herrn Werner Rüdisühli, eines Sportlehrers ist, der in Magglingen vielseitig ausgebildet und als solcher diplomiert wurde, bin ich der Auffassung, dass das doch noch etwas anderes ist, und dass es sich lohnt, einen solchen für den Sportunterricht, wie wir ihn betreiben (zweimal pro Woche 2 Stunden während der Arbeitszeit) zu engagieren, und zwar darum, weil der Trainer nicht nur im Turnen, sondern auch in anderen Sportarten wie Tennis, Skifahren, Schwimmen, Boxen usw. ausgebildet ist. Dadurch ist er in der Lage, das Sportprogramm vielseitig und interessant zu gestalten, so dass die Lust und Freude der Jungen, hier mitmachen zu dürfen, anhaltend ist.
E. Zängerle, Heberlein & Co. AG, Wattwil.

Ein Chef für das Lehrlingswesen:

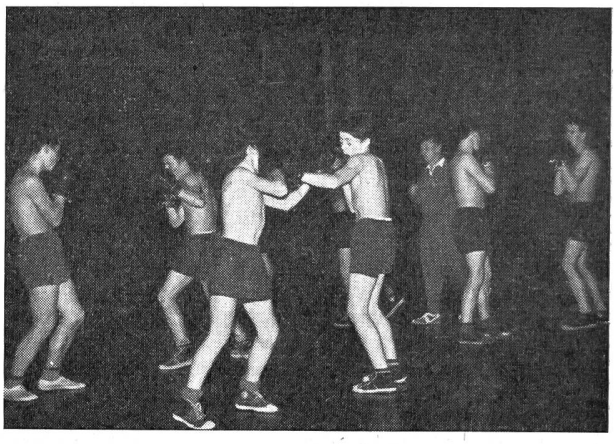
Wenn wir für unsere Lehrlinge, jeweils im ersten Lehrjahr, unsere wöchentlichen Turnstunden in den Lehrplan eingebaut haben, so waren dafür hauptsächlich 3 Gesichtspunkte massgebend.
Die meisten Lehrlinge kommen unmittelbar von der Schule weg in den Betrieb. Der Uebergang von der «goldenen Freiheit», von einigen freien Nachmittagen die Woche hindurch, von 12 Wochen Ferien jährlich, in den Betrieb mit 8- bis 9stündiger, täglicher Beanspruchung während der ganzen Woche, mit zum Teil eintöniger, körperlicher Arbeit und mit 2—3 Wochen Ferien im Jahr, dieser Uebergang ist ein sehr brüsker. Er wird um so mehr empfunden, als der Jugendliche körperlich wie auch seelisch in einer starken Entwicklungsphase steckt. Die Anpassung an diese stark veränderten Verhältnisse können wir durch Auflockerung mit Turnstunden erleichtern.
Im weiteren haben wir auf Grund der Leistungshefte festgestellt, dass eine ganze Anzahl von Jugendlichen, nach Schulaustritt, der systematischen, körperlichen Bewegung keine Beachtung mehr schenkt. Häufig sind es aber gerade jene, welche es am nötigsten hätten. Wir können mit unsern Turnstunden, in welche das VU-Training mit der Grundschulprüfung eingebaut sind, einen Teil gerade dieser Jugendlichen erfassen.
Letztlich dienen die Turnstunden auch der Herstellung menschlicher und kameradschaftlicher Kontakte ausserhalb der Betriebsatmosphäre, sowohl zwischen den Lehrlingen als auch zwischen ihnen und den Vorgesetzten, welche das Turnen leiten.
E. Kick, Chef für das Lehrlingswesen SIG, Neuhausen.

Aus der Praxis des Sportlehrers

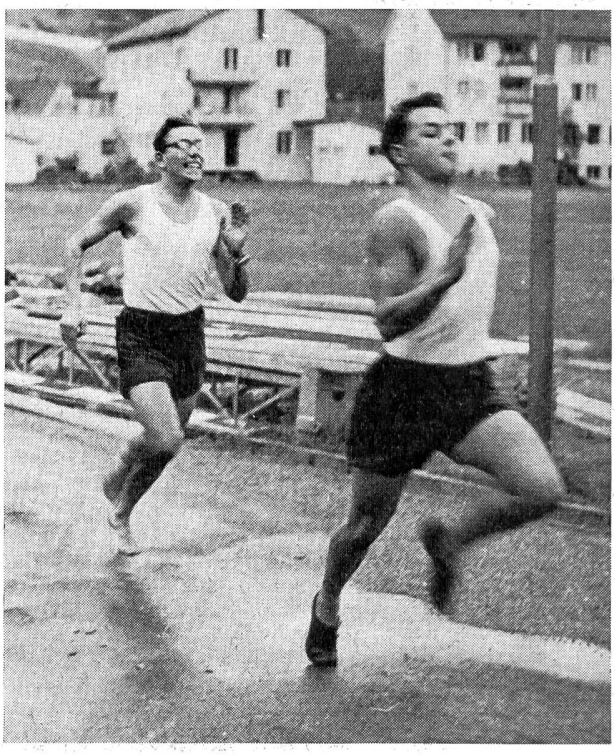
Sportunterricht für Jugendliche in Industriebetrieben — Werner Rüdisühli, dipl. Sportlehrer ETS

Noch so genau erinnere ich mich an jenen Moment in meinem Leben, wo ich den Lehrvertrag für eine vierjährige Lehrzeit unterschrieb. Mir war so komisch zu Mute, denn mir wurde plötzlich bewusst, dass ich nun eigentlich in das Erwerbsleben eintreten würde und dass ich nun, wenn auch nur als ganz kleines Rädchen in der riesigen Organisation eines Industriebetriebes, mitzulaufen hätte. — Vom frühen Morgen stand ich nun vor meinem Reissbrett, Tag für Tag, Woche für Woche, Monat für Monat. Nur durch den Besuch der Gewerbeschule wurde dieser Rhythmus ein wenig unterbrochen. Mit leiser Wehmut dachte ich nun an meine Schulzeit zurück, an die Turn- und Sportstunden, an die Sporttage, an die Skilager, an die 12 Wochen Ferien ... All dies sollte nun vorbei sein, so plötzlich, so von einem Tag zum andern. Und dabei sehnte ich mich doch so nach ein wenig Bewegung, nach Luft und Sonne und nach ein wenig Freiheit. Ich war doch noch so jung und träumte wie so viele andere junge Menschen vom Wandern, von Velotouren, von Ski- und Zeltlagern etc. Aber was sollte ich denn mit nur 6 Tagen Ferien pro Jahr anfangen? — Sollte denn der Turnunterricht und die Sportwochen nur denen vorbehalten sein, welche die Mittelschulen besuchen können? Auch meine Lehrzeit ging vorüber. — Als ich in meiner ersten Stelle tätig war, hatte ich Gelegenheit, mit einem Sportklub nach Finnland zu reisen. Wir besuchten dort unter anderem eine grosse Fabrik der Holz- und Papierindustrie. Mit Stolz wurde uns von der Firma auch der Sportplatz der kleinen Gemeinde gezeigt, welcher eine 400-m-Aschenbahn und sämtliche leichtathletischen Anlagen aufwies. Für den Winter standen den jungen Leuten ferner noch drei Sprungschanzen verschiedener Grösse für ihr Training zur

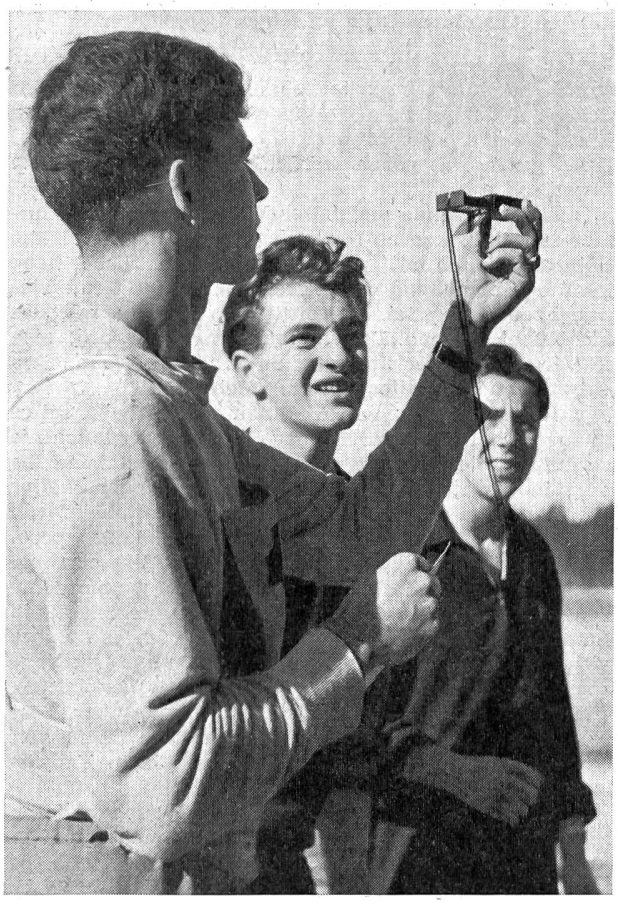
Verfügung. Und was uns alle ins Staunen versetzte, war die Tatsache, dass alle Jugendlichen der Firma regelmässig von einem Sportlehrer während der Arbeitszeit im Sport unterrichtet wurden.
Ich befasste mich nun mit dem Gedanken, ob sich das, was ich in Finnland in der Praxis gesehen hatte, nicht in ähnlicher Weise auch bei uns in der Schweiz verwirklichen liesse. Ich war überzeugt davon und gelangte, nachdem ich mir in Magglingen das Sportlehrerdiplom erworben hatte, mit Vorschlägen an die Geschäftsleitungen verschiedener Firmen der Ostschweiz. Dass ich zum Teil auf recht steinigen Boden stossen werde, war mir zum vorneherein klar. Doch einsichtige Direktoren und Personalchefs liessen sich vom Sinn und Wert des Lehrlingsturnens überzeugen, und im Frühjahr 1951 konnte ich meine Tätigkeit als Betriebssportlehrer aufnehmen.
Um in der Auswahl des Uebungsstoffes und im Trainingsaufbau den richtigen Weg zu erkennen, müssen wir uns vorerst einmal vor Augen halten, dass sich die Burschen im Lehrlingsalter fast ausnahmslos noch im Wachstum, im sogenannten Festigungs- oder Pubertätsalter befinden. Es ist dies die ausschlaggebende Zeit in der Entwicklung des Menschen, und was in diesen Jahren versäumt wird, gilt für die ganze Lebenszeit als verloren. Schon Aristoteles sagte daher vor mehr als 2300 Jahren: «Alle Jungen gehören ins Gymnasium und in die Turnstunde».
Die Lehrlinge und Jugendlichen sollen durch den Sport vor allem einen Ausgleich zu ihrer oft harten und zum Teil auch einseitigen Berufsarbeit finden. Ihr Körper soll durch natürliche Wachstumsreize (entsprechend den physiologischen Voraussetzungen: Dünne Herzwand — grosses Volumen, weiche Knochen, abnehmender Querschnitt der Muskulatur, besonders der Rückenmuskulatur) gekräftigt, gefestigt und geformt werden, damit die gesundheitlichen Voraussetzungen für die Beanspruchung in der Ausübung des Berufes geschaffen werden.
Im weitern müssen wir uns bewusst sein, dass auch in charakterlicher Hinsicht die jungen Burschen noch keineswegs gefestigt sind. Und was wollen wir in diesem Punkte mit der Erziehung durch den Sport zu erreichen versuchen? Anständigkeit, Bescheidenheit, Ehrlichkeit und Ritterlichkeit. Und wir wollen versuchen den jungen Menschen zur Selbständigkeit zu erziehen, damit er seine Persönlichkeit entfalten kann, damit er Selbstvertrauen findet.
Und erinnern wir uns an die Worte von Roux, wie er sagt: «Nur die Funktion unter der Seelenstimmung der Freude entfaltet den vollen Bildungswert an den Organen». Freude und Begeisterung sollten die Hauptmerkmale sportlichen Tuns sein. Sport darf nicht Selbstzweck sein, er soll jedoch eine Quelle sprudelnder Lebensfreude sein und dem Menschen Entspannung und Erholung von der Hetze und Jagd im täglichen Leben bringen. Zeigen wir den jungen Menschen den wahren Sport, und lassen wir sie ihn erleben! — Denken wir auch immer daran, dass der junge Mensch stark zur seelischen Reizbarkeit neigt. Frechheit wechselt mit Schüchternheit, Rekordsucht mit Faulheit, Gläubigkeit mit Unglauben und Freude mit Traurigkeit. Der Jüngling möchte verstanden werden! Und gerade durch den Sport können wir ihm so wundervoll die Hand bieten. Schenken wir ihm Vertrauen, damit er auch uns vertraut! Legen wir unserer erzieherischen Aufgabe die Worte von Alexander Vinet zu Grunde. Er sagte:
«Das Vertrauen der Schüler ist das beste Mittel, um in einer Schule Disziplin zu erreichen. Das Vertrauen tritt an die Stelle der Disziplin.»
Die Lehrlinge und alle Jugendlichen (bis zum 20. Altersjahr) der Firmen Heberlein & Co. AG, Wattwil, und der Maschinenfabrik Benninger AG, Uzwil,

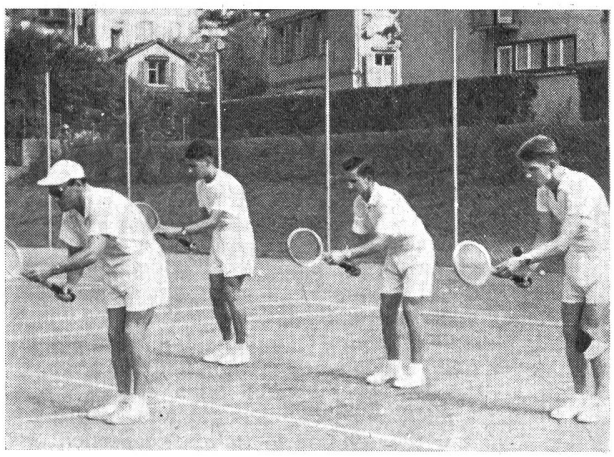


kommen nun regelmässig jede Woche in den Genuss von 2½ bis 4 Stunden Sportunterricht während der Arbeitszeit. Da der Besuch des Turnunterrichtes obligatorisch ist, gehören Absenzen zur Ausnahme. Da fast alle Burschen 3—4 Jahre in der Lehre stehen und dadurch während längerer Zeit systematisch geschult und beeinflusst werden können, kann man den Erfolg und die Früchte seiner Arbeit und Bemühungen aufs allerschönste beobachten.
Jeder Jüngling erhält bei seinem Eintritte in die Firma die Turnkleider, bestehend aus Turnhose, Leibchen und Trainingsanzug, geschenkt. Dadurch sind die hygienischen Forderungen in bezug auf Bekleidung zum vornherein bei allen erfüllt.
Wenn mir jeweilen im Frühjahr wieder eine neue Gruppe Jugendlicher gegenübersteht, dann geht es mir vorerst einmal darum, sie durch einen vielseitigen, interessanten Betrieb, wobei ich hauptsächlich in der Natur arbeite, für den Sport zu begeistern, also zunächst Erziehung zum Sport. Anfänglich gibt es immer eine relativ grosse Zahl von Lehrlingen, die mit einer gewissen Abneigung und Vorurteilen in der Turnstunde erscheinen. Sie neigen möglicherweise zur Bequemlichkeit, sie sind vielleicht eher schwacher Konstitution, sie haben vielleicht durch falsch geleite-



ten Sportunterricht jede Freude an Leibesübungen verloren oder vielleicht wurden sie von ihren Eltern in einer den Sport ablehnenden Haltung erzogen. Ist die innere Bereitschaft zum Lernen, zum Aufnehmen geschaffen, dann kann mit einer aufbauenden, formenden und schöpferischen Arbeit begonnen werden.
Im Lehrlingsturnen wird eine möglichst vielseitige, allumfassende Körpergrundschule angestrebt. Wie ein roter Faden durchzieht die Grundschularbeit im Rahmen eines Vorunterrichtskurses das ganze Jahresprogramm. Die Grundschulprüfung führe ich alljährlich in Form eines kleinen Wettkampfes durch.
Jeder Lehrling sollte nach Möglichkeit die Schwimmprüfung erfüllen und wird darauf genügend vorbereitet. Auch mit Karte und Kompass werden die Burschen vertraut gemacht und bei einem alljährlich stattfindenden Orientierungslauf erhalten sie Gelegenheit, ihr Können und Wissen unter Beweis zu stellen. In Mannschaftsspielen wie Fussball, Handball, Basketball etc. soll der Teamgeist gefördert werden. Wettkämpfe zwischen Lehrlingsmannschaften verschiedener Firmen gehören immer zu Höhepunkten im Lehrlingsturnen. — Durch Wanderungen lernen die Burschen ihre nähere Heimat besser kennen, sie werden naturverbundener und finden Zeit und Gelegenheit für Gedankenaustausch und Diskussionen.
Alljährlich organisiere ich im Auftrage der Firmen verschiedene 6tägige Skilager, sowie ein Zeltlager für die Lehrlinge und Jugendlichen der Firma Heberlein & Co. AG, Wattwil. Diese Woche Sportferien erhalten alle Jugendlichen zusätzlich zu ihrer vertraglichen Ferienzeit. Als Unkostenbeitrag hat jeder Teilnehmer lediglich einen Betrag von Fr. 30.— zu bezahlen, dafür aber erhält er während der Sportwoche seinen vollen Lohn. Die Lager können deshalb so billig durchgeführt werden, weil alle Vorunterrichtsgelder, in einem Reisefonds zusammengelegt, den Burschen zur Verfügung stehen. Ferner erhalten alle Minderbemittelten durch





die Firma oder durch den Vorunterricht Leihski, Stöcke und Felle. Auf diese Weise kommen jedes Jahr viele junge Menschen aus der Fabrik hinaus in die Berge an Luft und Sonne und können im Kreise ihrer Kameraden eine Woche Skiferien geniessen. Und jeden Winter stehen eine ganze Anzahl Lehrlinge das erstemal in ihrem Leben auf Ski und werden durch meine Anleitung in die Geheimnisse des Skifahrens eingeführt. Sie hätten vielleicht nie in ihrem Leben die Schönheiten dieser herrlichen Sportart kennen lernen dürfen, wenn nicht durch die grosszügige und fortschrittliche Einstellung der Geschäftsleitungen solche Lager durchgeführt werden könnten.
Die Firma Heberlein & Co. AG, Wattwil, baute im letzten Frühjahr für ihre Angestellten und Arbeiter, sowie deren Angehörigen eine prächtige Tennisanlage mit 3 Plätzen und einem Clubhaus. Und klingt es nicht fast wie ein Märchen, wenn ich Ihnen sage, dass alle Mitglieder des Firmen-Tennisclub Heco unentgeltlich Tennisunterricht erhalten, da die Trainerstunden von der Firma bezahlt werden? — Ungefähr 1/3 aller Lehrlinge profitiert von diesem Geschenk der Firma, die ihnen zudem noch Raketts und Bälle zur Verfügung stellt.
Im Lehrlingsturnen wollen wir niemals Rekorde anstreben. Die Burschen sollen jedoch zu einer gesunden Härte, zur Selbstbeherrschung, zur Selbstdisziplin und zur Ordnung erzogen werden. Wir wollen versuchen mitzuhelfen, eine breite, solide Basis zu schaffen, damit Spitzenleistungen im Berufe, wie auch im Sport überhaupt ermöglicht werden. Freuen wir uns darüber, dass es in der Schweiz Industriebetriebe gibt, welche einer harmonischen Ausbildung der ihr anvertrauten Jugend so grosse Aufmerksamkeit schenken. Betrachten wir diese Tatsache als ein grosses Geschenk an unsere Jugend!
Es ist zu hoffen, dass mit den Jahren das Lehrlingsturnen noch in weitern Industriebetrieben unseres Landes Fuss fassen wird. Allen Lehrlingen, auch jenen in Kleinbetrieben, sollte Gelegenheit geboten werden, dass sie an Turn- und Sportstunden teilnehmen können. Alle Lehrlinge haben die Gewerbeschule zu besuchen. Warum gibt es da nicht auch ein Unterrichtsfach Turnen? Vergessen wir nicht, man kann dem Menschen noch andere Dinge geben, als nur Wissen und Materielles; Dinge nämlich, die wir vielleicht ebenso nötig haben in unserm Leben, damit unsere Seele und unser Körper nicht verkümmern.

Der Sport, der noch die Flagge des Idealismus wehen lässt, ist der Lichtpunkt in der heutigen Welt. Er achtet in jedem Falle die Rechte des Gegners.

John Galsworthy.