

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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 16 (1959)

Heft: [3]

Rubrik: Ziele der sportlichen Ertüchtigung der Jugend

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: 17.01.2026

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

Ideen-Wettbewerb

Zur Förderung des Werfens

Wir laden alle unsere liebenswürdigen und findigen Leser ein, an nachstehend beschriebenem Wettbewerb teilzunehmen.

Ausgangslage: Unsere Turnhallen sind mit verschiedenartigsten Geräten und Apparaten ausgerüstet. Ist es nicht auffallend, dass für das Zielwerfen mit Schlagbällen, Tennisbällen, Hohlballen, ständige, speziell geeignete Zielobjekte fehlen? Jeder Leiter ist bis jetzt von Fall zu Fall gezwungen, improvisierte Ziele zu wählen (z. B. Korbball-Ständer) oder anzufertigen (Kreise auf aufgestellte Matte).

Aufgabe: Wer findet reizvolle Zielobjekte (Motive), die an einer Hallenstirnseite angebracht, befestigt, aufgemalt oder sonst irgendwie kenntlich gemacht werden können, und die das Werfen anregen, fördern und interessant gestalten? Ziele und die umliegende Wand sollen so vorgeschlagen werden, dass Beschädigungen nicht zu erwarten sind.

Darstellungsform: Die Teilnehmer wollen ihre Ideen in Form von Zeichnungen, Beschreibungen, Photos, Modellen oder dergleichen einreichen. Es dürfen beliebig viele Vorschläge eingesandt werden.

Einsendung: Alle Eingaben müssen ohne Namen, aber mit einer 5stelligen Kennziffer versehen sein. Sie sind mit dem Vermerk «Wettbewerb» an die Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen, zu richten. In einem speziellen, verschlossenen Briefumschlag soll Name und Adresse des Verfassers enthalten sein.

Termin: 30. April 1959.

Jury: Direktor der ETS: E. Hirt. Chef Ausbildung ETS: Dr. Wolf. Redaktoren der Fachzeitschrift: M. Meier, F. Pellaud, Cl. Gilardi. Turn- und Sportlehrer: W. Weiss (Zeichnungslehrer). Sportplatzberater: R. Handloser.

Prämierungen: Die Ergebnisse des Wettbewerbes werden in «Starke Jugend — Freies Volk» besprochen, und die 5 besten Eingaben publiziert.

1. Preis: ein Sportgerät nach Wahl im Wert von 100 Fr.
2.—5. Preis: je ein Buch «Magglingen» mit Widmung.

Appell: Es geht um einen Beitrag, unsere Turnhallen etwas origineller, vielleicht sogar mit etwas Humor, auszurüsten. Als erstes sollten Ideen vorliegen. Wer hat solche? Wir hoffen viele! Der ETS-Lehrkörper

Ziele der sportlichen Ertüchtigung der Jugend

In einer umfassenden Arbeit über das Thema «Sport und Wettkampftätigkeit im Jugendalter» fasst Dr. med. habil. Hoske das Ziel der Jugendarbeit im Sport wie folgt zusammen:

«Das Ziel ist, die Jugend so zu entwickeln, dass sie zu vollwertigen Menschen mit sozialem Verantwortungsbewusstsein und optimaler Leistung heranwachsen. Soll dies erreicht werden, so muss von der Feststellung des biologischen Zustandes ausgegangen werden. Wir täuschen uns im Erscheinungsbild und in der Erinnerung an unsere eigenen Jugendjahre. Die Maßstäbe sind nicht nur an die Tüchtigkeit einzelner Organfunktionen (Atmung, Kreislauf usw.), sondern mehr noch an das ganzheitliche Leistungsvermögen (Ermüdbarkeit, Erholungsfähigkeit, Belastungsbreite usw.) zu legen.

Der wachsende Organismus bedarf zu seiner Entwicklung der notwendigen «Aufbaustoffe» und Anregungen physisch wie psychisch. Dabei ist Freude und Einsicht sowie Anerkennung wirklicher Werte des Lebens für die Gesamtentwicklung von grosser Bedeutung.

Damit das Angebot sinnvoll verwertet werden kann, ist der Wechsel von Reiz und Reizpause erforderlich. Reize sind in diesem Sinne auch Klima und Bewegung sowie seelische Einflüsse. Die Reizpause dient der Verarbeitung und dem Aufbau sowie der Erholung.

Damit erhalten die Leibesübungen eine nicht ersetzbare Bedeutung für die Erziehung. Ihre fördernde oder hemmende Wirkung ist abhängig von der Möglichkeit einer richtigen Dosierung. Das gilt in gleichem Masse für die anderen Lebensumstände. Deren Regelung nach Art und Mass (gesetzlicher Jugendschutz gegen schädliche Einflüsse, vor denen sich der Einzelne oft nicht sichern kann) ist Voraussetzung für die Anregung

durch die schon genannten «natürlichen Wachstumsreize». Die Grundlage dafür ist eine ausreichende Freizeit. Ihr Wert hängt allein von der sinnvollen Nutzung ab. Die Freizeit darf nicht mit «Betätigungen» aller Art ausgefüllt sein, sie muss auch das rechte Mass an Ruhe und Entspannung enthalten.

Eine Anregung und Förderung der Entwicklung ist nur durch dosierte Beanspruchung möglich. Sie hat sich im Rahmen der persönlichen Belastungsbreite zu halten. Innerhalb dieser kann gelegentlich die persönliche Höchstleistung verlangt werden. Eine Bewährungsprobe ist anzustreben. Sie ist für das Jugendalter wegen der biologischen Notwendigkeiten und der damit verbundenen moralischen und ethischen Werte notwendig. Sport soll nicht Lebensinhalt, sondern eine freiwillige, freudvolle Freizeitbetätigung sein. Der Wille und die Freude am Wettkampf sind zu begrüssen. Sie sollen in zuträglichem Masse gehalten werden. Niemals darf aber eine Teilnahme daran erzwungen werden.

Der Hauptwert der Leibesübungen liegt in der spielerischen Betätigung, im Ueben, das durchaus einen zielstrebigsten Aufbau entsprechend der Entwicklungsförderung auf breiter Grundlage zeigen soll. Die Ueberschätzung nach Zeit und Mass soll mehr als bisher üblich begrenzt werden. Ein eigentliches «Training» mit seiner letztlich notwendigen Einseitigkeit und Härte unter Einsatz der ganzen Persönlichkeit kann bei Jugendlichen nicht für sinnvoll erachtet werden. Es fehlen hierzu noch die menschlichen Voraussetzungen, die körperlichen, geistigen und seelischen Kräfte zur Ausführung wie in der Verarbeitung zur eigenen Persönlichkeit.»

«Sportmedizin», Offizielles Organ des
«Deutschen Sportärztebundes e. V.» Nr. 7 / 1957.