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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 18 (1961)

Heft: [3]

Artikel: Der Sport ruft die Wissenschaft zur Seite

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-990804

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

Dies ist ein unmissverständliches pädagogisches Postulat. — In der Folge durchleuchtet Hochheimer die traditionellen «Behandlungsvorschläge» für Schwererziehbare, die dem ganzen Register möglicher Erziehungshaltungen überhaupt gleichkommen; ein Blick auf die betreffende Stelle verlohnt sich*. Und noch einmal kommt die Aggressivität zur Sprache, und noch einmal sehen wir uns vom Sport her angerufen: «. . . Massnahmen zur Aggressivitätsmilderung: Schaffung von Abfuhr auf die aufgestauten Triebe; Gruppen- und Einzelgespräche als psychagogische Hilfen und Ventile; demokratisches statt autokratisches Erziehungsverhalten; Verstärkung des mütterlichen Elementes in der Gesamterziehung; Geduld, Annahme, Wertbestätigung; Respektierung des jugendlichen Menschen.» Auf solchen Einsichten hätten wir Leibeserzieher unsere sportliche Methodik aufzubauen! Dabei wäre auch an Freud zu denken, wenn er es die Schicksalsfrage der Menschheit nennt, ob und in welchem Masse es ihrer Kulturentwicklung gelingen wird, der Störung des Zusammenlebens durch den menschlichen Aggressions- und Selbstvernichtungstrieb Herr zu werden: «. . . Dass sie (die Erziehung unserer Jugend) dem jungen Menschen verheimlicht, welche Rolle die Sexualität in seinem Leben spielen wird, ist nicht der einzige Vorwurf, den man gegen die heutige Erziehung erheben muss. Sie sündigt ausserdem darin, dass sie ihn nicht auf die A g g r e s s i o n (von uns gesperrt) vorbereitet, deren Objekt er zu werden bestimmt ist.» . . .
Und nun zum Hauptanliegen von Hochheimer: der Erziehung der Erzieher. Ausgehend von der Feststellung, dass die meisten Erzieher nicht wissen was sie tun, fordert Hochheimer für den Erzieher die psychoanalytische Schulung, «weil ihm sonst das Objekt seiner Bemühung, das Kind, ein unzugängliches Rätsel bleibt». Es sei nicht Ausdruck von Fachegoismus (des Psychologen) festzustellen, dass an psychologischer und tiefenpsychologischer Ausbildung der Lehrer und Erzieher immer noch viel zu wenig geschehe. In der Folge nimmt Hochheimer die Verhältnisse in seinem Lande (Westdeutschland) kritisch unter die Lupe, was uns nur mehr indirekt interessiert. Für uns von Bedeutung dürfte hingegen sein, was der Schweizer Pädagoge und Psychologe Hans Zulliger in seinem Lebenswerk (S. 29) zum Thema schreibt: «Dass es der Tiefenpsychologie gelingt, die seelische Gesundheit eines Lehrers wiederherzustellen, darin erblicke ich einen der grössten Gewinne, welche die Pädagogik aus der Tiefenpsychologie zu ziehen vermag».
«Seelische Gesundheit eines Lehrers»: dies erinnert uns an eigene Bemühungen auf der Tiefenpsychologie verwandtem Gebiet. Im Sinne einer «emotionellen Disziplinierung» scheint tatsächlich die sog. «Kleine Psychotherapie» im Sinne Kretschmers hervorragende Dienste zu leisten. Es handelt sich dabei um Massnahmen, die um die zentralen Funktionen von Atmung, Haltung und Entspannung kreisen und die in der Literatur fixiert sind mit der Bezeichnung «Trainingsmethoden». Als Prototyp gilt das «Autogene Training» von J. H. Schultz. — Transformiert auf die Gegebenheiten und Möglichkeiten der sportpädagogischen Praxis, ergeben sich für uns Leibeserzieher erfreuliche Ansätze zu einem Beitrag in Richtung «seelische Gesundheit».
Nach dieser Abschweifung zurück zu Hochheimer. Es geht in seinem Aufsatz primär um die Schwererziehbarkeit. Grundsätzlich ein Problem aller Zeiten, ist sie im besonderen zu verstehen aus der Fragwürdigkeit unserer zeitlichen Gegenwart: «Bestimmte Zeitlagen wirken sich als solche gegensatzverschärfend». In solchen Zeiten lassen sich unsere Jugendlichen doppelt schwer von uns erreichen. Verständnis und Verständigung sind nur erreichbar durch Hingabe an das Subjekt des Partners. Dann aber lassen sich — nach Hochheimer — mit unseren Jugendlichen, «die oft mehr als wir zu Freimut, Natürlichkeit und Selbstehrlichkeit neigen, Begegnungen von überraschender Menschlichkeit, Eindringlichkeit, Direktheit und Nähe gewinnen.»

* «Heilpädagogik» Oktober 1960, Seite 486.

Der Sport ruft die Wissenschaft zur Seite

Die «ASM» schreiben: «Die Institute für Leibesübungen sind heute — neben der Betreuung der sporttreibenden Studentenschaft aller Fakultäten — zur «Serienfabrikation» von Sportlehrern übergegangen. Von Forschung ist nicht die Rede. Ein Blick in die Vorlesungsverzeichnisse der Nachkriegswelt zeigt, dass Kollegs, Uebungen und Seminare sich nahezu überall und fast ausschliesslich darin bescheiden, das für den späteren Beruf notwendige pädagogische und methodische Rüstzeug zu vermitteln. Die problematische Seite des modernen Sportes dagegen wird mit Schlagworten wie Entartung, Sensation, Massenpsychose und entsprechenden Hinweisen auf den Verfall der antiken Olympischen Spiele und den römischen Cirkus Maximus kurzerhand abgetan. Es ist aber ebenso notwendig, aufzuzeigen, dass der Sport auch Ursache schwerer körperlicher und geistiger Schäden sein kann, dass alle seine positiven Wirkungen in ihr Gegenteil umschlagen können, dass aus dem Aufbau der körperlichen Kräfte Raubbau werden kann, aus Entspannung Hysterie, aus zweckfreiem Spiel blinde Abhängigkeit von Sieg oder Niederlage, aus Kameradschaft Missgunst und aus Völkerverständigung Entfesselung nationaler Leidenschaften. Gerade hier muss die Forschung ansetzen, muss versuchen, die Umschlagstellen, Gründe und Grenzen zu finden. Denn früher oder später wird jeder Sportlehrer auch einmal vor diesen Fragen stehen. Wenn man sich auf ein Traumschloss der Ideale zurückzieht, darf man sich nicht darüber wundern, dass sich die geistige Oberschicht abgestossen fühlt, weil sie den Sport zumeist nur aus seinem äusseren, oberflächlichen Erscheinungsbild kennt und ihr die Diskrepanz zum vielzitierten Ideal allzu gross und unüberbrückbar erscheint.
Der menschliche Sport ist nicht wie die Bewegungen der Tiere in seinen Grenzen und seinem Ablauf durch den Instinkt bedingt, sondern bedarf der Mitwirkung des Geistes, von dem Ordnung und Regel ausgehen. Und wie der Sport selbst Ordnung und Regeln verlangt, so muss er in die Ganzheit des menschlichen Lebens eingeordnet werden. Eine solche Fragestellung aber überfordert den Kreis Sporttreibender wie der Sportorganisationen und wendet sich an die Hochschule. Welchen Platz könnte demnach die wissenschaftliche Betrachtung des Sportes an der Universität einnehmen? Wo liegen die Ziele, Grundlagen, Grenzen und Möglichkeiten einer solchen Betrachtungsweise?
Man hat dem Sport oft vorgeworfen, dass er keine eigene Wissenschaft entwickeln könne, weil seine Probleme von anderen Wissenschaftszweigen mitgelöst würden.

Hauptvoraussetzung für eine Wissenschaft ist eine grundsätzliche und nur für sie gültige Fragestellung, die man für den Sport etwa als die Frage nach den Zusammenhängen und Auswirkungen der körperlichen Bewegung des Menschen formulieren könnte. Unter diesem Gesichtspunkt wären die bisher vorliegenden vereinzelten wissenschaftlichen Erkenntnisse, die verschiedene Fachrichtungen auf Grund ihrer speziellen Fragestellungen über den Sport ermittelt haben, zu überprüfen, neu zu ordnen und zu erweitern.»

Von Um- und anderen Wegen beim Lernen

Marcel Meier

Letzthin verfolgte ich eine rege Diskussion unter Leichtathletikfachleuten. Im Mittelpunkt der theoretischen Auseinandersetzung stand die Frage: Soll man bei Jugendlichen im methodischen Aufbau im Kugelstossen zuerst die konservative Form (Ausgangsstellung seitwärts zur Stossrichtung) und erst später zur O'Brien-Technik übergehen oder soll man sofort die Endform anpeilen?

Solche Auseinandersetzungen gibt es unter Fachleuten begreiflicherweise sehr oft und nicht nur in der Leichtathletik. Um solche Fragen klären zu können, sollte man sich von folgender Ueberlegung leiten lassen: wenn ich als Sportlehrer oder Trainer etwas lehren will, muss ich zuerst das Ziel kennen. Das Ziel ist identisch mit der Endform und die Endform im Kugelstossen ist heute zweifellos die O'Brien-Technik. Den Weg, den ich mit meinem Schüler beschreite, um zu dieser Endform zu gelangen, nennen wir die Methode. (Methode = planmässiges Verfahren zur Erreichung eines bestimmten Zieles). In der Methodik gibt es nun verschiedene Wege, die zum Ziel, das heisst zur Endform führen. Der kürzeste Weg ist dabei nicht immer der beste. Auf der andern Seite kann man aber auch zu grosse Umwege machen und sich dabei Zwischenziele stecken, die von der optimalen Linie zu stark abgesetzt sind. Wenn wir das Endziel, die O'Brien-Technik, anstreben, dann ist es m. E. ein zeitraubender Umweg, zunächst die konservative Form zu lehren, nur weil anscheinend die körperlichen Voraussetzungen für die Endform nicht vorhanden sind.

Eine ganz ähnliche Situation haben wir beim Skifahren. Verschiedene Fachleute sind der Auffassung, in den untersten vier Klassen soll rotiert werden und erst ab Klasse fünf sei mit der Hochentlastung und dem Gegenschulterdrehen zu beginnen. Warum auch hier dieser umständliche Umweg?

Methode heisst doch: zielbewusster Weg zu etwas!

Eines müssen wir allerdings: Voraussetzungen schaffen!

Damit beim Skifahren die Hochentlastung vom unsicheren und ängstlichen Anfänger nicht als Tanz auf dem hohen Seil empfunden wird, müssen zunächst so und so viele Fahrübungen in leichtem und später in wechselhaftem Gelände und Schnee gemacht werden, welche die horizontale und vertikale Beweglichkeit fördern. Ist die allgemeine Beweglichkeit durch Umtreten, Schlittschuhschritt, aus der Spur treten einmal entwickelt, sind die Voraussetzungen für die Hochentlastung weitgehend erfüllt und der Schüler hat nicht mehr das Gefühl, ohne Gleichgewicht zu sein. Das Gleiten wird für ihn zur Freude, weil er sich sicher fühlt trotz der schmalen Gleitunterlage. Seine Freude manifestiert sich darin, dass er federt und hüpft, sich vom Boden loszulösen sucht, gleich dem Kind, das seiner Lebensfreude ja auch dadurch Ausdruck gibt, in dem es hopst, hüpft und springt.

Kommen wir aber wieder zurück zum Kugelstossen: Auch hier gilt es zunächst, die Voraussetzungen für die Endform zu schaffen.

Wenn wir die Voraussetzungen der O'Brien-Technik untersuchen, stellen wir fest, dass sie in erster Linie Bein- und Rumpfkraft verlangt. Wie die diesbezügliche Muskelkraft gefördert werden kann, ist kein Geheimnis, stellt also auch kein Problem dar. Denken wir nur an den Satz: Eisen und Widerstand erzeugen Kraft!

Sobald nun die notwendige Kraft vorhanden ist, können wir sofort mit der Schulung des Bewegungsablaufes der Endform beginnen. Die O'Brien-Technik hat neben allem andern noch den enormen Vorteil, dass sie zum Krafttraining zwingt, denn ohne Beinkraft kann ich nicht aus dem «Keller» stossen.

Mit der konservativen Technik kann ich wohl sofort mehr oder weniger schön stossen. Dieser scheinbare Momenterfolg hat aber nicht nur sehr kurze Beine, er steht auch auf sehr kraftlosen Beinen. Wohl sehen die Stösse nach Kugelstoss aus, die Ergebnisse sind aber äusserst mager, weil auch für die konservative Form die kraftmässigen Voraussetzungen für ansprechende Leistungen fehlen.

In den USA sowie in den Oststaaten ist man heute der Auffassung, dass jeder Anfänger sofort die modernste Technik lernen soll. Jeder andere Weg verlängert nur die Zeitdauer der sportlichen Entwicklung. Das Argument, die modernste Technik sei für einen Anfänger zu schwierig und nicht seinen Kräften entsprechend, ist in den letzten Jahren durch zahlreiche Versuche mit Kindern und Jugendlichen in Russland sowie in der DDR widerlegt worden (Bauersfeld, Leipzig). Auch in Deutschland werden diese Fragen zurzeit diskutiert. Dr. August Kirsch, der Jugendwart des Deutschen Leichtathletik-Verbandes schreibt in seinem Buch «Jugend-Leichtathletik»: «Nach den guten Erfolgen, die aus den USA und einigen europäischen Ländern gemeldet werden, muss ganz ernsthaft erprobt werden, ob nicht überhaupt nach einigen Gewöhnungsübungen und Stossversuchen für die ersten Uebungsformen eine Ausgangsstellung rückwärts zur Stossrichtung genommen werden kann.» Kirsch schlägt dann vor, der Schüler soll so stehen wie bei der O'Brien-Technik. Statt mit dem rechten Bein abzustossen, empfiehlt Kirsch einen Schrittwechsel links-rechts (statt Gleiten).

Was mir daran nicht gefällt, ist der erneute Umweg über eine Zwischenübung, die in ihrem rhythmischen Ablauf mindestens so schwer, wenn nicht sogar schwerer ist als die Endform selbst. Warum also nicht zuerst die notwendigen Voraussetzungen schaffen (Muskelkrafttraining) und dann — ich spreche immer von Jugendlichen — gleich den Bewegungsablauf der Endform schulen.

Die Methodik ist ein äusserst interessantes und vielseitiges Gebiet, in dem man sich nach Lust und Laune austoben kann. Aber gerade deshalb besteht die grosse Gefahr, sich in sie zu verlieben. Dabei tüftelt man Um- und andere Wege heraus, die oft viel komplizierter sind als die angestrebte Endform.

Die Methodik ist nicht um der Methodik willen da, sie ist lediglich Mittel zum Zweck und dieser heisst: zielbewusster Weg zu etwas!