

Zeitschrift:	Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen
Herausgeber:	Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen
Band:	24 (1967)
Heft:	8
Artikel:	Schule des Charakters
Autor:	Zehnder, Ernst
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-995080

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: 25.02.2026

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

Schule des Charakters

Ernst Zehnder

Sport ist mehr als Muskeltraining und Technik, mehr als Wettkampf und Leistung. Sport schult den Charakter. Da gilt es, Trägheit und schlechte Laune zu überwinden, Niederlagen einzustecken, sich zu blamieren und doch mutig weiterzuspielen. Kein Sieg ohne Geduld, Durchhalten und immer neues Beginnen. Jeder Sport hat seine strengen Regeln, die Unter- und Einordnungen verlangen. Zwar gibt es Disziplinen, in denen Einzelleistungen gemessen werden, jeder Mannschaftssport aber verlangt Rücksichtnahme, Zusammenspiel und Kameradschaft. Sport wird so zur Schule des Charakters. Darin liegt seine überzeitliche Bedeutung.

Wie oft wird als eigentliches Ziel des Sportes die Stärkung des Körpers, die Bewahrung der Gesundheit und die Schönheit des Körperbaues angeführt. Dieses Ziel allein kann uns keineswegs befriedigen. Die körperliche Ausbildung hat im Grunde genommen nur dann einen Sinn, wenn sie gepaart ist mit charakterlicher Erziehung.

Sport als Leibeserziehung

Der grosse Sporterzieher Diem brachte in seinem 1925 erschienenen Werk «Persönlichkeit und Körpererziehung» zum Ausdruck, dass es weniger darauf ankomme, was um des Körpers willen vom Körper verlangt werde, sondern was und in welcher Form um des Geistes und der Seele willen er leisten müsse. Dieser Satz soll zum Ausdruck bringen, dass die Körperübung um ihrer selbst willen, die Körperübung, die nur zur Stärkung der Muskulatur ausgeführt wird, für die menschliche Erziehung wertlos ist. Es kommt also immer darauf an, in welcher geistigen Grundhaltung wir Körpertraining betreiben. Wie mancher berühmte Sportler hat schon jämmerlich versagt, wenn es galt, im täglichen Leben seinen Mann zu stellen. Die Leibeserziehung muss immer Hand in Hand mit der Charakterbildung gehen, wenn wir den körperlich und geistig gesunden Menschen anstreben. So gesehen, kann uns der Sport ein grosses Hilfsmittel in der Gesamterziehung sein.

Ganz besonders wertvoll ist dieses Hilfsmittel für den Jungmann in den Jahren nach der Schulentlassung. Der junge Mensch hat sein Wachstum und die Sexualreife in diesem Alter hinter sich gebracht und ist daran, die stürmische Phase des Flegelalters langsam auszugleichen. Er wächst hinein in die Sitten und Gebräuche unserer Gesellschaft und unserer Kultur. Aber er ist noch nicht gefestigt, er bewegt sich immer noch zwischen der Kindschaft und der ersehnten Welt der Erwachsenen, in der er als wesentlichstes Merkmal die persönliche Freiheit im Tun und Lassen sieht. Aus dieser innern Zwiespältigkeit erwachsen Unsicherheit und Minderwertigkeitsgefühl. Er sucht sich immer wieder über diese Gefühle hinwegzusetzen, indem er gegen Sitten und Gebräuche opponiert oder sich einer Leidenschaft, wie Tanz oder Alkohol, hingibt und diese bis zum äussersten Fanatismus betreibt. Hier

setzt auch das Halbstarkentum ein. Der Zusammenschluss zur Bande ist ein Gegenmittel gegen Unsicherheit und Minderwertigkeitsgefühl. In dieser Bande fühlt er sich stark und sicher.

Hier kommt der Leibesübung in sittlich gesunder Umgebung eine grosse und wichtige Aufgabe zu. Die sportliche Betätigung wirkt nicht nur den Haltungsschäden, die heute bei den Jugendlichen in grossem Masse anzutreffen sind, wirksam entgegen, sondern sie kann auch wesentliche Gegenkräfte gegen die psychischen Unsicherheitsgefühle vermitteln. Im gesunden Sport können die natürlichen Oppositionstrieben in der körperlichen Leistung abreagiert werden und müssen sich dann nicht mehr gegen öffentliche Ordnung und Religion richten. Der unbändige Tatendrang des Jugendlichen findet im Sport sein Tätigkeitsfeld und braucht sich nicht mehr in unsinnigen Zerstörungen aller Art auszuwirken. In regelmässigem sportlichem Training wird er seinen Körper zu beherrschten lernen, weil ihn nur der richtige Körpereinsatz zur angestrebten körperlichen Leistung bringen kann. Er wird auch am Beispiel von andern lernen, dass nur eine vernünftige Haltung zu Alkohol und Nikotin den Körper zu guten sportlichen Leistungen befähigt. Und in gleicher Weise, wie er diesen lockenden Genüssen entsagen kann, wird er auch Kraft finden, sich andern Verlockungen zu widersetzen, die seinen sportlichen Leistungen ebenfalls Abbruch tun.

Wenn es so gelingt, den jungen Menschen für den Sport zu begeistern, so hat er etwas, was ihn bewegt und beschäftigt. Er kann etwas leisten für das, was ihn freut, und er ist innerlich bei seinen Taten auf diesem Gebiet ganz dabei. Diese Haltung des Jugendlichen kann in einer gesunden, auf ganze Erziehung ausgerichteten Gemeinschaft auch auf andere Lebensgebiete übertragen werden, sobald der junge Mensch einmal erlebt hat, wie sehr der volle Einsatz für eine gute Sache eine innere Befriedigung bringt.

Auf diesem Wege kann der Jugendliche bei richtiger Führung auf sicherem, geradem Weg zur Vollreife des Erwachsenen gelangen. Wesentlich ist dabei aber — das sei ausdrücklich festgehalten —, dass der junge Mensch seine sportliche Tätigkeit in einer Umgebung ausübt, die ihm in charakterlicher Hinsicht ein gutes Beispiel gibt und die ihn auch auf die höheren Werte des Lebens hinweist.

Erziehung zur Mässigung

Wenn der Sport Freude sein soll, bedarf er in allem des rechten Masses. Sowohl in Training als im Wettkampf, in Übungen und in der Spielfolge muss das rechte Mass gefunden werden, das in der Beschränkung der Anforderungen auf das gesundheitlich und lebensmässig Zuträgliche zum Ausdruck kommt. Die Überschreitung dieses Masses, besonders im Jugend-

alter, wird unweigerlich Schmälerung und Schädigung der Gesundheit und damit der Lebensfreude, vielleicht auf lange Zeit bedeuten. Übersteigerung körperlicher Leistung, besonders wenn es sich um eine dauernde Überforderung des Körpers handelt, bringt erfahrungsgemäß eine Verarmung des Geistes mit sich, auch eine Verminderung der Berufstüchtigkeit und der Berufsfreude.

Erst recht hat er sich stets mit dem Mass des Lebens zu befassen, wenn er berufen ist, als Trainingsleiter zu wirken. Denn dann darf er nicht allein auf seine Körperkraft und Ausdauer abstellen, sondern er muss ein feines Gefühl für die Leistungsfähigkeit des andern bekommen, wenn er ihn nicht überfordern will. Es ist nicht einfach, in dieser Aufgabe das richtige Mass zu finden, das keinem schadet und doch allen Beteiligten zur Förderung der Leistungsfähigkeit dient. Der Sport ist deshalb ein vorzüglicher Erzieher zur Mässigkeit.

Erziehung zur Wahrheit und Gerechtigkeit

Auch im Sport ist die Lüge vom Teufel. Lüge auf dem Sportplatz verdirbt alle Freude am Spiel und an der Gemeinschaft. Deshalb müssen Unwahrhaftigkeit und Unehrlichkeit vom Sportplatz und aus der Sportgemeinschaft verbannt werden: ob faustdicke Lüge oder verdrehte Wahrheit, ob Mogelei mit Hand oder Fuss, ob Messband oder Stoppuhr, auch die Lüge der Angeberei und Aufschneiderei, erst recht die verleumderische Lüge als Kampfmittel gegen den Gegner. Die Gerechtigkeit ist ebenfalls eine wichtige Tugend auf dem Sportplatz. Das Erschleichen von Vorteilen gegenüber dem Mitkonkurrenden, die Bevorteilung eines Sportlers, wenn man als Zeitnehmer oder Schiedsrichter eingesetzt ist, sind unfaire Handlungen, die eines rechten Sportmannes nicht würdig sind. Die Erziehung zur sportlich-fairen Haltung, ohne Lüge und Ungerechtigkeit, fällt manchem jungen Menschen schwer, der sie nicht schon im Familienkreis gelernt hat. Im Sport geht er aber in eine harte Schule.

Erziehung zum Wagnis und zur Tapferkeit

Wagemut und Tapferkeit sind Anlagen, die der Sportler in hohem Masse besitzen muss. Es braucht Mut, der sich über Hemmungen äusserer und innerer Art, der sich über Gefahren hinwegsetzt, der über seinen eigenen Schatten zu springen vermag. Der junge Sportler muss sich etwas zutrauen, muss etwas wagen lernen. Er muss auch im Geistigen Mut haben: in der Sportgemeinschaft etwas zu sagen wagen, sich für eine schwierige oder heikle Sache vor der Vereinsführung oder vor der Gemeinschaft einzusetzen wagen. Der junge Sportler muss die Hemmungen des Sich-Genierens, der Angst, der Furcht vor Spott und Missgeschick überwinden lernen. Darum kommt massvollen Mutübungen von Jugend auf im Turnen, im Schwimmen und in vielen anderen Sportarten eine grosse Bedeutung zu.

Zum Mut gehört im Sport auch aktive und passive Tapferkeit und Ausdauer. Tapferkeit und Ausdauer im Training, in einem regelmässigen, pünktlichen und auch harten Training. Tapferkeit und Ausdauer auch in der Schmerzüberwindung. Denn sportliche Leistung bringt auch Schmerz mit sich, bei dem man schon auf die Zähne beißen muss, um nicht aufzugeben. Tapferkeit und Ausdauer in der Durchführung übernommener Aufgaben in Sport oder Gemeinschaft, in der Durchsetzung sportlicher Ziele wie im Durchsetzen der Freiheit der Persönlichkeit in der Gemeinschaft. Tapferkeit und Ausdauer gegenüber Unbeständigkeit, Wankelmut und Empfindlichkeit.

Sport, eine Schule des Verstandes und des Willens

Es ist völlig falsch, zu denken, dass die sportliche Leistung eine rein körperliche Leistung sei. Eine sport-

liche Leistung ist immer mit geistiger Leistung verbunden. Und wo diese geistige Leistung sich mit der rein körperlichen nicht verbindet, ist kein Sport. Es sind zunächst die intellektuellen Kräfte, die mitwirken müssen. Je höher die Leistung, desto mehr Verstand und Klugheit sind nötig, sowohl in der Erkenntnis der möglichen Leistung, wie in der Anlage und Durchführung des rechten Trainings, wie in der Hochleistung selbst. Wo körperliche Leistung über das Mass zum Exzess getrieben wird, da hört sie auf, sportliche Leistung zu sein.

Es gilt, in der Kraft des Verstandes Raum und Zeit richtig zu bemessen. Entfernung, Anlauf, Absprung sind zu berechnen beim Hochsprung, Weitsprung, Stabhochsprung und in allen Laufkonkurrenzen. Dort wieder gilt es, den Gegner richtig einzuschätzen, die Situation für Angriff und Verteidigung richtig zu nutzen bei allem Kampfsport Mann gegen Mann, beim Fechter wie beim Ringer. Da gilt es, blitzschnell zu reagieren im rechten Griff und im Einsatz letzter Kraft, etwa beim Turnen am Barren oder am hohen Reck. Dort gilt es, rasch und klar die Situation zu erkennen und danach zu handeln, wie zum Beispiel bei allem Mannschaftskampf, etwa beim Handballspiel und beim Fussballspiel. Das ist doch niemals nur ein Kampf und eine Leistung des Körpers, sondern noch mehr des Kopfes. So muss der Geist in seinen intellektuellen Kräften in jeder sportlichen Leistung mitwirken. Und ohne das wird nie Leistung und wird nie Meisterschaft. Erst recht wirkt der Geist mit in seinen Willenskräften der Initiative, der Einsatzkraft, der Ausdauer, der Zähigkeit, der Spannkraft. Hier liegt ja die entscheidendste Kraft für alle Sportübung und Sportleistung. Was wollte denn beispielsweise ein Kunstr Turner ohne geschulte, geübte und gespannte Willenskraft bei seiner grossen Kürübung am hohen Reck. Oder wie müsste eine Handballmannschaft, die gegenüber dem Gegner im Rückstand ist, untergehen ohne Kraft des Willens. Und Wille, das ist Geisteskraft! Es ist darum allen, die sich mit dem Wesen des Sportes befassen, völlig klar, dass der Sportplatz und die Turnhalle eine Stätte für die Schulung der Willenskraft darstellen, die in der ganzen Lebensführung wirksam werden kann.

Sport und Gemeinschaft

Wohl gibt es einzelne Sportarten, bei denen der einzelne Athlet für sich allein — vielleicht unter Aufsicht eines Trainers — trainiert und seinen ganzen Trainingsplan allein ausführt. Das ist aber nicht das Normale, weil die Sportfreude die Gemeinschaft benötigt. Wahrer Sport muss darum immer zur Gemeinschaft führen, und nur in der Gemeinschaft fühlt sich der Sportler am richtigen Platz. Die wertvollsten Sportarten sind deshalb jene, die das gegenseitige Zusammenwirken der Sportler innerhalb einer Gemeinschaft erfordern. Wo das Spiel der Kräfte, der körperlichen wie auch der geistigen, aller Mitglieder einer Gemeinschaft zusammenwirken müssen zu einem grossen Ganzen, zu einer Mannschaftsleistung, da kann die Erziehung zur Gemeinschaft nach Kräften einsetzen. Denken wir nur an das Sektionsturnen im Turnverein, bei dem eine ganze Sektion von vierzig, sechzig oder mehr Turnern eine Gemeinschaftsarbeit in der Freiübung, am Reck oder Barren ausführt, bei der jeder Turner bei seiner Übung genau mit seinen Kameraden übereinstimmen muss. Welch unheimliche Konzentration jedes einzelnen auf die Gemeinschaftsarbeit muss da am Werk sein! Oder sehen wir uns eine gut eingespielte Handballmannschaft an, wie das Spiel so selbstverständlich rollt, wie wenn alle Akteure von unsichtbaren Fäden geleitet wären, so dass immer genau dort ein Spieler auftaucht, wo der Ball vom Kameraden hingespult wird. Wie müssen sich da die ein-

Positiv beeindruckt

Stimmung, Einsatz und Kampfgeist beim Zehnkampf der IKL-Gruppe am Eidgenössischen Turnfest haben alle, die dabei waren und das Ringen um die Punkte von Übung zu Übung verfolgten, beeindruckt. Die eklatanten Fortschritte, welche unsere Zehnkämpfer unter der Anleitung von Coach Armin Scheurer an diesen beiden heissen Wettkampftagen demonstrierten, manifestierten sich auch in den erzielten Einzelleistungen sowie den Gesamtpunktzahlen.

Hier zur Erinnerung einige der hervorstechendsten Einzelleistungen im Zehnkampf:

400 m:	110 m Hürden:	Hochsprung:
1 x 49,3	1 x 14,7	1 x 1,93
1 x 50,0		1 x 1,90
Weitsprung:	Stabhochsprung:	Speer:
1 x 7,30	1 x 4,40	1 x 68,08
1 x 7,12	2 x 4,10	1 x 63,38
1 x 7,06	4 x 4,00	
		Diskus:
		1 x 50,00
		1 x 47,02

Werner Duttweiler «Amerikanischer Zehnkampf-Zweiter»

Welche imponierende Leistungsdichte unsere besten Zehnkämpfer aufweisen, zeigt sehr eindrücklich der Vergleich mit den USA.

Ergebnisse der sechs besten Zehnkämpfer

Amerikanische Zehnkampfmeisterschaften

1. Bill Toomey	7880 Punkte
2. Dave Thoreson	7524 Punkte
3. Bill Smith	7341 Punkte
4. Lennart Hedmark	7175 Punkte
5. Norm Johnston	7054 Punkte
6. Sam Goldberg	7043 Punkte

Eidgenössisches Turnfest Bern

1. Werner Duttweiler	7654 Punkte
2. Urs Trautmann	7347 Punkte
3. Hansruedi Kunz	7254 Punkte
4. Daniel Riedo	7063 Punkte
5. Guido Ciceri	7039 Punkte
6. Martin Mathys	7020 Punkte

Dass unser kleines Land genau soviele Athleten an den Landesmeisterschaften aufweist, die über 7000 Punkte kamen, wie die USA, dass Werner Duttweiler zweiter und Urs Trautmann dritter an den amerikanischen Meisterschaften geworden wären, ist mehr als imponierend.

Woher diese verblüffende Leistungssteigerung?

Weil das IKL-Zehnkampfkader ein Team ist, das durch Armin Scheurer geformt und durch kameradschaftlichen Kitt zusammenhält; weil die Burschen gewillt sind, ihr Bestes zu geben, was sich schon darin zeigt, dass sie Woche für Woche — und das seit vielen Monaten — grosse finanzielle und zeitliche Opfer auf sich genommen haben. Mit «Sisu» («Ich kann und ich will») können auch heute noch imponierende Leistungen erzielt werden. Sofort ist aber beizufügen: Eine Leistungskonstanz kann jedoch nur erreicht werden, wenn die Athleten — besonders im körperlich und nervlich anspruchsvollen Zehnkampf — nach Training und Wettkampf auch die notwendige Zeit zur Erholung und Regeneration erhalten. Die relativ grossen Ausfälle durch Verletzung nach dem Turnfest sind der beste Beweis dafür.

Menschlicher Manager

Es geschah vor drei Jahren: In seinem dritten Spiel für seinen neuen Verein, während der Südamerikareise, wurde Miguel Martinez von einem Gegenspieler unglücklich am Kopf getroffen. Der spanische Fussball-Profi verlor das Bewusstsein. Er wurde sofort in ein Krankenhaus gebracht und nachher mit dem nächsten Flugzeug nach Madrid geflogen. Die besten Ärzte kümmerten sich um den Verletzten. Aber sie schafften es nicht, den verletzten Fussballspieler aus der tiefen Bewusstlosigkeit zu erwecken. Seit jenem unglücklichen Zusammenprall liegt Miguel Martinez wie in einem tiefen Schlaf.

Seit drei Jahren zahlte Athletico Madrid die Bezüge für den Fussballspieler weiter. Der Verein zahlte die Krankenhauskosten, die Honorare der Ärzte. Die Funktionäre kümmerten sich um die Ehefrau. Für den Verein gehörte Miguel Martinez weiterhin dazu, obwohl er nur drei Spiele bestritten hatte.

Jetzt ist der Vertrag für den im Krankenhaus liegenden Spieler abgelaufen. Niemand weiß, so berichtet «Sport» Hamburg, wie lange der Dauerschlaf andauern wird, niemand kann sagen, ob er überhaupt beendet werden wird. Der Verein brauchte sich um den Mann nicht mehr zu kümmern, denn einen Vertrag gibt es nicht mehr. Aber der Verein hat den Vertrag mit dem «Mann ohne Bewusstsein» verlängert, so lange bis er eines Tages erwachen wird...



Fortsetzung von Seite 218

Schule des Charakters

zellen Spieler mit grösstem Einfühlungsvermögen ins Ganze einpassen und alle persönlichen Eigenwilligkeiten beiseite stellen!

Aber nicht nur im gemeinsamen Wettkampf bietet sich Gelegenheit zur Einfügung in die Gemeinschaft, sondern auch im Trainingsbetrieb und im ganzen Vereinsleben. Hier kann sich die Tugend der Nächstenliebe entfalten, die sich in der Form der Kameradschaft zeigt und die allein echte und frohe Gemeinschaft bilden kann. Daraus folgt jenes schöne Gefühl der Ehrfurcht und der Achtung vor dem Kameraden, die Achtung und das Wohlwollen auch vor andersdenkenden Kameraden, auch weltanschaulich anders gerichteten Gemeinschaften gegenüber. Es ergibt sich daraus auch das schöne Zusammentreffen im Verein, das so selten gewordene selbstlose Dienen, die Hilfsbereitschaft und die kaum mehr bekannte echte Treue, Treue im Wort und Treue in der Gemeinschaft. Es ist etwas Ergreifendes um die Treue, die wir zum Beispiel immer wieder unter alten Turnveteranen erleben. Bis ins hohe Alter hinein treffen die alten Veteranen immer wieder zusammen, um Erinnerungen auszutauschen.

So wächst aus einer jungen Sportgemeinschaft eine Kameradschaft und Freundschaft fürs ganze Leben, die in der örtlichen Gemeinschaft fest verwurzelt bleibt, auch wenn sich die Wege der einzelnen Mitglieder im Laufe des Lebens trennen. Wirklich, der wahre und echte Sport ist eine Schule der Gemeinschaft, wie man sie nur selten findet.

Aus «ferment»