

**Zeitschrift:** Jugend und Sport : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

**Herausgeber:** Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

**Band:** 38 (1981)

**Heft:** 2

**Artikel:** Das Spielerische in Turnen und Sport

**Autor:** Kreiss, Friedhelm

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993778>

### 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:** 07.02.2026

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

# Das Spielerische in Turnen und Sport

Friedhelm Kreiss

Es geht darum, einmal den Begriff Spiel und der Sache, die dahinter steht, den Stellenwert bei uns einzuräumen, der ihm gebürt. Ich spiele Fussball, ich spiele Skat, ich spiele klug, ich überspiele dich, ich spiele meine Rolle, ich spiele dich aus, ich spiele nicht mehr mit... Wie viele Verwendungsmöglichkeiten gibt es für dieses Wort «spielen». Und doch versuchen wir immer wieder, das Spiel in einen rein sportlichen Zusammenhang zu zwängen. Wenn wir Sportler spielen sagen, meinen wir organisierte Handlung, deren Sinngebung durch eine übergeordnete Idee («Ball über die Schnur») bestimmt ist. Spielen vollzieht sich immer – bei uns – in einem mehr oder minder grossen Rahmen, der durch vorgegebene Regeln bestimmt ist. Diese unstatthafte Einengung des Begriffes kennzeichnet unsere Einstellung zum Menschen, kennzeichnet unser Selbstverständnis als Mitglieder einer Sportorganisation.

Wenn es auch in diesem Jahrzehnt nicht «in» sein mag, sich einmal bei unseren denkenden und schreibenden Vorfahren umzutun, so kann ein Blick nicht schaden. Im Jahre 1795 schrieb ein Autor namens Friedrich Schiller seine Briefe «über die ästhetische Erziehung des Menschen», in denen er sich ein pädagogisches Zeitprogramm erstellt, das in einem Ideal der Sittlichkeit Neigung und Pflicht des Menschen verbindet. «Denn, um es endlich auf einmal herauszusagen, der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.» (15. Brief)

Hier taucht der Spielbegriff in einem übergeordneten, überordnenden Zusammenhang auf, der weit über das hinausgeht, was wir meinen, wenn wir Spiel sagen. Für Schiller ist spielen eine Form des Menschseins, die ihm verhilft, die Zeit in der Zeit aufzuheben. Werden mit absolutem Sein, Veränderung mit Identität zu vereinbaren. Spielen heisst, das materielle und das geistige Sein des Menschen zu verbinden. Spielen können ist eine besondere, befreieende Form der Lebenshaltung. So ganz weit weg scheint Schiller nicht zu sein von unserer Zeit mit ihren Problemen. Selbst wenn er den Begriff Spiel in einem Zusammenhang verwendet, der weit über unsere eng begrenzte Spielbegriffvorstellung hinausgeht, tut man wohl daran, die Denkrichtung ein wenig mitzugehen.

Spielen im Sinne Schillers ist

- eine Lebensform,
- eine Form der Freiheit, der Befreiung des Menschen aus seinen Abhängigkeiten, wo auch immer sie angebunden sein mögen.

Spielen lehren ist damit Hilfe für den einzelnen, wird damit Auftrag für alle, die die Möglichkeit haben, solches zu tun. Nutzen wir die Chance wirklich?

Wir schaffen Trimmspiele, meinen im weiteren Rahmen organisierte und – wenn auch grob – genormte Spielgrenzen. Wir helfen nicht, wir lockern nur unseren Rahmen auf. Wir sagen Freizeitspiele, zeigen Indiaca, Boccia und vieles

andere, lösen damit eine Grenze auf, um eine andere zu ziehen. Spielen ist Mode? Manipulation ist Mode, jetzt manipulieren wir zum Normspiel Freizeit hin.

Spielen ist nicht Mode, Spielen ist Notwendigkeit, nur müssen wir uns angewöhnen, unter dem Begriff Spiel mehr zu verstehen, als bisher. Wenn Spielen Mode ist, dann heisst das doch nur, dass jetzt Puzzle und Indiaca «in» gemacht wird, so wie vorher Laufen «in» gewesen ist. Spielen ist nicht der Gegenbegriff zu Sport oder Turnen, Spielen ist der Oberbegriff zu Lebenshaltung, Selbstverständnis, Selbstverwirklichung und Menschsein. Wir müssen spielen lernen, um wieder frei sein zu können.

Das menschliche Verhalten in unserer Zeit wird immer stärker freibestimmt und in vorgenormten Bahnen geleitet.

Die Arbeit am Fließband degradiert den Menschen zur Maschine, zu einem Bestandteil seiner Maschine; Entscheidungsfreiheit, Entscheidungsfreude, schöpferische Eigentätigkeiten erscheinen in solchen Arbeits- und Lebensläufen geradezu als störende Faktoren. Freiheit wird gesagt und genannt. Nur sie stört hier. Und gerade sie, wie auch die menscheigenen Spontanaktivitäten bilden doch die Kriterien echten Menschseins und wahrer Menschverwirklichung. In jedem erdenklichen Spiel, das daraufhin angelegt ist, macht der Mensch die Erfahrung seines eigenen Könnens. Wir müssen sie als Freiheitserfahrung bezeichnen.

Die Abläufe eines Spieles sind Ausdruck der schöpferischen Phantasie des Menschen. Im Spiel kann sich nicht nur die Rückgewinnung menschlicher Freiheit von beladenen Daseinsbedingungen in vordergründig kompensatorischem Sinne vollziehen, hier verwirklicht sich das humane Recht auf freie Selbst- und Lebensgestaltung, auf Freiheit. Hier ist es noch möglich, eigenschöpferisch sein Tun zu gestalten, zu bestimmen, «kreativ» zu sein, Bewegungs-, Handlungs- und Entscheidungsphantasie zu entfalten.

Spielen ist eine Chance. Spiel ist ein Prinzip für den Sport in allen seinen Bereichen. Wir müssen unser Tun und Angebot überdenken, wie weit es diesen Grundsätzen menschlicher Verwirklichungsmöglichkeit noch gerecht wird.

Spielen heisst dabei nicht verspielen, verspielt sein; spielen heisst hier, Freiheit einräumen in der Bewegungs- und Handlungsentscheidung. In jeder erdenklichen Sportart kann der Mensch die Erfahrung seines eigenen Könnens machen: Freiheitserfahrung.

## Welche Chancen bietet das Spielprinzip im Sport?

Das Erlebnis der eigenen Leistung und des eigenen Erfolges durch sportliches Tun ist ein entscheidendes Argument in der Darstellung des Spiels. In vielen Berufen von heute und auch in der Zukunft ist die Möglichkeit, unmittelbare Leistungs- und Erfolgsergebnisse zu haben, nicht mehr vorhanden. Arbeitsplätze, die im Zuge der Arbeitsteilung und Rationalisierung keine erkennbaren Arbeitsinhalte mehr haben, produktives Schaffen nicht mehr ermöglichen und die persönlichen Entscheidungsfreiheiten des einzelnen reduzieren, führen bei wachsender Monotonie der Arbeitsvorgänge zu mangelnder Befriedigung, erhöhter Entfremdung, zu Steigerung von Unlustgefühlen und deutlichen Frustrationsscheinungen des Werktätigen, der seinen Ausweg in Ersatzhandlungen suchen muss.



Die aus dem Erlebnis der Leistung sich ergebende Selbstbestätigung ist die Grundlage für ein sich steigerndes Selbstbewusstsein und eine wachsende Selbstständigkeit.

Das Erlebnis des Körpers und der Funktionsfähigkeit desselben im Zusammenspiel aller beteiligten Nerven, Muskeln und Organe vermag für den Menschen des Industriezeitalters so etwas zu werden wie ein neuer Lebenssinn. Eine solche Sinnerfahrung des leiblichen Könnens grenzt an eine «Existenz erfahrung» im Sinne Heidegers.

Innerhalb des spielerischen Tuns ist die Möglichkeit gesetzt, auf neutralem Gebiet angestauta Aggressionen zu entladen. Der Prozess der Abreaktion unterdrückter oder verdrängter Streubungen und Emotionen im Sinne eines Reinigungsvorganges (Katharsisfunktion) wird im Spiel ausgelöst. Körperliche Bewegungen im Spiel können zum Teil zur Entspannung und Herabsetzung eines affektiven Erregungszustandes führen. Sie helfen also, den Menschen frei zu machen.

Spiel besitzt einen ausserordentlich hohen Kommunikations- und Gesellungsfaktor. Spielerische Aktivität ist gleichbedeutend mit Kontakt zum Gegenüber und mit Gruppenbildung. Diese soziale Adaption führt den einzelnen zu aktivem sozialem Handeln.

In der letzten Konsequenz heisst Spielen Ich-Ausweitung auf die Umwelt hin.

Mit diesem Schritt ist die Position Schillers, der als Sohn der Klassik das Individuum in den Mittelpunkt seiner Überlegungen stellt, ausgeweitet. Sie verliert damit aber nicht an Aussagekraft. Spielen, spielen können heisst, dem Menschen die Chance geben, ein ausgewogenes, freies Verhältnis zu schaffen zwischen seinen existentiellen Bindungsfeldern des materiellen, intellektuell/ideellen und sozialen Seins.

Spiel heisst dann nicht mehr: ich spiele mit dem Ball; Spiel ist ein Prinzip menschlichen Tuns, auch im Sport.

Spielen als übergeordnetes Prinzip des sportlichen Tuns heisst, sportliche Normbewegungen befreien, sie so zu öffnen, dass der Mensch spielen kann, das heisst Entscheidungsfreiheit ausnutzen und Freiheit erleben können.

Die Übung des Gerätturnens heisst im eigentlichen Sinne nicht Freiheit; der Übende wird in ein Korsett vorgegebener Handlungsschemata gepresst, seine Bewegungsentscheidungen sind in den wenigsten Fällen selbstständig, spontan, kreativ und frei getroffen. Gerätturnen gibt we-



nig Raum für kreatives Handeln, denn die Palette, der möglichen Bewegungsformen ist vorgegeben, die Möglichkeiten der Kombination sind weitgehend durchgespielt – was bleibt für den einzelnen neu, originär? Das wertet es nicht ab, es soll nur dazu zwingen, Überlegungen anzustellen, wie wieder Freiheit, Ichverwirklichung ermöglicht werden kann, frei von Bindungen und Normierungen eines fertigen Systems. Kreatives Spiel im Sport heisst, das Ich und seine Bewegung auf Raum und Zeit, Situation und Partner zu übertragen.

Hier muss der Sport helfen, indem er sein Angebot so organisiert, dass die Ziele erreichbar werden. Stimulantia zu kreativem Spiel sind

- offene Bewegungs-/Gestaltungsaufgabe
- Stützung durch optische/akustische Hilfen
- Aufforderung durch Gerät und Gelände
- Reaktion auf Handlungen des Partners
- Reaktion auf Situationen.

Jeder Übende muss eine freie Wahl seiner Wege und Lösungsmöglichkeiten haben, die auch Fehlermöglichkeiten mit einbeziehen; das heisst im eigentlichen Sinne gibt es keine Fehler mehr, sondern nur solche oder solche Bewegungen.

Die Aufgabe des Sports besteht darin,

- den Menschen zu kreativer Selbstverwirklichung zu befreien;
- die zahlreichen im Spiel und Sport vorhandenen Möglichkeiten hierzu auszunutzen;
- Unterrichts- und Ausbildungsmethoden unter dem Gesichtspunkt kreativen Spiels auszurichten;
- Lösungen zu akzeptieren, die in einem kreativen Spielakt gefunden wurden, selbst wenn sie nicht in ein vorhandenes System passen;
- sich zu trennen von starren und festgelegten Bewegungsvorstellungen und Schönheitsideal;
- Fremdbestimmung zugunsten der Selbstverwirklichung ablösen.

Das Prinzip des Spielens hat im Sport für zwei Bereiche Auswirkungen:

- Die Sportart selber muss überprüft werden, wie weit sie derartigen Anforderungen gewachsen ist.
- Die Methoden des Unterrichts müssen das Prinzip des Spielens übernehmen.

Die Darstellung des Sports und seine Ausformung, die Gestaltung seiner Übungsstätten und

Geräte sind getragen und geformt von dem, was wir Leistungssport zu nennen gewohnt sind. Das mag für diesen Bereich seine Richtigkeit haben, nur sind es offensichtlich diese von aussen vorgegebenen Normungen, die der Mehrzahl der Menschen den Zugang versperren. Es müssen neue Formen gefunden werden, die der Mehrzahl der Interessenten die Möglichkeiten der Freiheit bieten. Das heisst nicht, den Leistungssport verdammten; das heisst nur, ein angemessenes Äquivalent daneben aufzubauen, das den Zielen, die oben dargestellt wurden, näher kommt.

Sicherlich tun sich einige Sportarten dabei leichter als andere. Nicht ohne Grund ist das Wachstum bestimmter Sportverbände in der letzten Zeit so stark geworden, stärker als bei anderen – wenn man die Zahlen relativiert. Das sind insbesondere die Spiele und vor allem die sogenannten Natursportarten, die eben dieses Mass an Spielmöglichkeiten im weitesten Sinne in sich bergen.

Zum anderen bedarf es sicherlich einer Methodenüberprüfung, ob in dem Bereich der Unterricht dem Menschen das Mass an Spielfreiheit gegeben ist, wie es wünschenswert erscheint. Jeder Vorgang des Erwerbs sportmotorischer Fertigkeiten ist ein kreativer Akt – vorausgesetzt, die gewählte Unterrichtsmethode lässt diesen zu. Unterricht in diesem emanzipatorischen und auf Freiheit ausgerichteten Sinne hat das eigentlich zur Voraussetzung.

Der lernende Mensch muss erfahren, wie er mit seinen Fähigkeiten und Fertigkeiten «spielen» kann, um ein angemessenes Ziel selbstständig zu erreichen. Damit werden Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben zu einem wesentlichen Element methodischer Planung und Entscheidung. Die Chancen des Sports bestehen darin, dass er Hilfe für den Sporttreibenden leisten kann – Hilfe zu seiner Selbstverwirklichung und Seins erfahrung. Das Spiel als eine Ausformung des Spielprinzips ist hier eine gute Möglichkeit, ein guter Einstieg. Freizeitspiele in dem von Jürgen Palm beschriebenen Sinne helfen, derartige Ziele für den einzelnen zu erreichen.

1. Sie vermitteln Freude an der Bewegung.
2. Sie helfen, die Hemmnisse des Ungeübten leichter zu überwinden.
3. Sie dienen der Partnerschaftsbildung.
4. Sie bilden einen sinnerfüllten Freizeithalt.
5. Sie können für einige die Vorstufe zu intensiver körperlicher Bewegung sein.





Wir müssen nur aufpassen, dass gerade dieser sportliche Spielbereich frei bleibt von Regeln und Normierungen, die die Freiheit des einzelnen einengen. Gibt es doch kaum etwas, was autoritärer erscheint als ein Schiedsrichter (zum Beispiel) beim Fussball, der im Rahmen seiner Tatsachenentscheidung Freiheit einengt. Sicher, der Spieler hat sich unter dieses Gesetz gestellt, aber dadurch wird es noch nicht besser.

Wir müssen aufpassen, dass diese grosse Chance Spiel nicht auf Grund der Tatsache, dass es Mode ist, in Abhängigkeit gerät, die eine im dargestellten Sinne für den einzelnen Menschen helfende Funktion vernichten würde. Spielenkönnen ist lebenswichtig, aber nur wirkliches freies auf Freiheit hin tendierendes Spielen.

## Vom Sinn der Sportleistung

Prof. Dr. Hans Lenk<sup>1</sup>

«Der Mensch lebt nicht vom Brot allein», sondern er benötigt sinnvolle Aufgaben und sinngebende Ziele. Die sportliche Leistung und der Sport als Institution vermögen solche nötigen Ziele für jugendliche Tatenlust und Einsatzfreude zu bieten. Das anscheinend «Überflüssige» ermöglicht erst Vielfalt und Differenzierung des Daseins. Der Athlet lernt in der Gruppe, durch Vergleiche und steten wertgesetzten Anreiz, sich systematisch für eine eigene Leistung oder für einen Beitrag zur Mannschaftsleistung einzusetzen.

Modernes Abenteuer, Träume jugendlichen Tatkrafts, Lust am Risiko, am fast vollen persönlichen Einsatz für ein Ziel, Identifikation im Zusammenwirken mit einer Mannschaft, das Streben, sich mit anderen zu messen, sich selbst zu überwinden, durchzuhalten, sich in der Trainingsdisziplin selbst zu meistern und das Beste aus seiner Veranlagung und seinem Einsatz zu machen, der Wille, vor seinem eigenen Anspruch, vor dem Vergleich mit anderen und der jeweiligen Grundveranlagung zu bestehen –

alle diese Ziele und Funktionen finden sich gleichsam in einem sportlichen Mythos symbolisiert und beispielhaft im Wettkampf oder im Bestehen gegenüber Herausforderungen der Natur verkörpert. Ein Achilleskomplex, hat kürzlich ein literarischer Kollege (Segal) gesagt, den bei Homer in der Ilias der Vater dem Achill mit auf den Lebensweg gab: «Immer der Beste zu sein und hervorzuragen vor andern!»

Fraglich, ob dies das alleinige A und O in einer immer mehr auf Teamleistungen angewiesenen systemtechnologischen Zukunftsgesellschaft, in einer Freizeitgesellschaft sein kann. Aber eine solche Institution des Ansporns, der schöpferischen Eigenleistung wie der Sport, kann nicht gesellschaftlich sinnlos sein, bloss weil sie kein unmittelbar ökonomisch verwertbares Produkt hervorbringt. Zudem prägen sportliche Erfahrungen die Persönlichkeit; der Trainingsplatz wird zum Übungsplatz für pädagogische Herausforderungen. Training und Wettkampf, besonders des Hochleistungssportlers, werden sich später in Erinnerung und Selbstbild des Athleten immer wieder spiegeln. Die Erinnerung an die Bewährung, nicht nur im Sieg, sondern im ehrlichen Einsatz, im Wissen, das Beste gegeben zu haben, vermittelt im Rückblick Sinn, Stabilität des Selbst und eine Kontinuität der Bewährung oder gar der Auszeichnung innerhalb einer Tradition, hat erzieherische Valenz. Man hatte sich einer außerordentlichen Aufgabe gewidmet und vor dem eigenen Anspruch und dem der Umwelt bestanden.

DSB



**Skilager?  
Schul-  
verlegung?**

Wir geben Ihre Anfrage an mehr als 200 Kolonieheime kostenlos weiter.

Bitte Ihre Wünsche  
(wer, wann, was, wieviel) angeben.

**KONTAKT  
4411 Lupsingen**

**Sport- und  
Trainingszentrum**  
(1250 m. ü. M.)

Gedeckte Eisbahn (Sommer und Winter), Curlinghalle, gedecktes und geheiztes Schwimmbad, Mehrzweck-Sporthalle (45 x 27 m), Fussballplatz, Wurf- und Sprunganlagen mit synthetischem Belag, Tennis (Sommer und Winter), Minigolf, Laufpisten im Wald.

Alle Unterkunfts möglichkeiten vom Massenlager bis zum Erstklass-Hotel.

### Auskünfte:

Centre des Sports, 1854 Leysin ☎ 025 34 24 42



welt-, europa- und schweizer  
meisterschafts-medailien.

hergestellt in der firma  
**p. faude  
medaillen**

5316 Gippingen  
Tel. 056 45 25 17

kurze lieferfristen,  
preisgünstig  
auszeichnungen  
für alle sportarten

<sup>1</sup> Auszug aus einem Vortrag in Ratzeburg anlässlich der Enthüllung des Karl-Adam-Gedenksteins.