

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 52 (1995)

**Heft:** 9

**Artikel:** Für einen kindergerechten Sport

**Autor:** Bernardi, Marcello

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993224>

### **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:** 15.04.2026

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

# Für einen kindergerechten Sport

Marcello Bernardi

**Auf wieviel Arten kann man Sport treiben? Nach Ansicht des Verfassers gibt es vier, doch nur ein «wahrer Sport». Wie können wir unseren Kindern den rechten Weg weisen und sie davon abhalten, Sport auf schlechte Art und Weise auszuüben? Ein italienischer Kinderarzt philosophiert über Werte des Sportes und über Sporttreibende. Bemerkenswertes auch für uns.**

Eine allgemeine Bemerkung zu Beginn, die sowohl für Erwachsene wie auch Kinder gilt: Sport kann, grob gesagt und in Kategorien eingeteilt, auf vier verschiedene Arten ausgeübt werden.

## Eine Krankheit

Die erste Art ist am weitesten verbreitet, am gängigsten und am beliebtesten; sie besteht darin, Sport nicht aktiv auszuüben, sondern den anderen dabei zuzuschauen. In Italien ist der «sportivo», also der «Sportler» nicht so sehr derjenige, der aktiv eine Sportart ausübt, sondern einer, der den anderen zusieht und dabei meistens Partei für eine Disziplin ergreift. Keinen Sport zu treiben, ist für mich eine Krankheit; doch keinen Sport zu treiben, sondern den anderen dabei zuzuschauen, ist eine noch schwerere Krankheit. Warum? Weil dabei Tür und Tor geöffnet werden für eine ganze Reihe von schwerwiegenden, sozialen Problemen. Wir in Italien sprechen dabei von «tifoseria», doch klinisch ausgedrückt handelt es sich dabei um Fanatismus, einem sehr schwerwiegenden, sozialen Phänomen. Fanatismus weckt unweigerlich Feindseligkeiten, denn ein Fanatiker ist zwangsläufig der Feind eines anderen Fanatikers. Fanatismus führt zu Abhängigkeit und Beteiligung an hemmungslosen Aggressivitäten. Der sogenannte Sportler, der aktiv keinerlei Sport betreibt, fühlt sich dabei einer Gruppe zugehörig und gleichzeitig hörig.

## In-Sein

Die zweite Art Sport zu treiben, besteht darin, einem Modetrend zu folgen. Man übt eine gewisse Sportart aus, weil es alle tun, weil überall darüber gesprochen wird und weil ich nicht «in» bin, wenn ich es den anderen nicht gleich tue. Und plötzlich trifft man auf ein eigenartiges Phänomen: Männer, die einen ganzen

Abend mit Seilspringen verbringen! Dann gehen sie wieder ihrer normalen Arbeit als Bankangestellte nach. Doch diese Art Körperkultur ist nun mal «in», und dem Trend muss man folgen. Beim Body Building sieht die Sache ganz ähnlich aus: Man will den Körper statuenförmig formen, um sich dann ölig glänzend photographieren zu lassen. Diese Art Sport führt zu Anpassung, zur Suche nach sozialer Akzeptanz und zu schlecht proportionierten Gliedern.

## Titeljäger

Die dritte Art Sport wird von den «Titeljägern» ausgeübt: Ich treibe Sport, weil ich der Grösste sein muss; ich muss alle besiegen, ich muss der Beste sein. Während der faschistischen Ära in Italien nannten die Antifaschisten ironischer-

weise Benito Mussolini «il migliore» (den Besten). Dieser Kult des Erfolges, des persönlichen Ruhmes sowie der eigenen Persönlichkeit ist destruktiv. Je mehr man das Äusserliche eines Menschen in den Mittelpunkt stellt, desto mehr zerstört man damit sein inneres Wesen. Schlimmer noch: dieser Kult des persönlichen Erfolges wird oft zu einem Kult des Mammons, des Geldes, des Reichtums, des Besitzes. Nicht in allen Sportdisziplinen verdienen die Athleten viel, doch die «armen» Fussballer zum Beispiel tun es. Wenn wir durch die Medien Zahlen des Fussballermarktes hören, wird einem fast schwindlig. Man ist geneigt zu glauben, es gehe um die Zahlen des Aussenministeriums.

## Der «wahre» Sport

Es gibt eine vierte Art, Sport zu treiben. Diese Art ist am bescheidensten, am unauffälligsten und am wenigsten beachtet. Es geht um die Ausübung des wahren Sportes, nicht mit der Absicht, einen Meistertitel zu holen, nicht, um Geld zu verdienen, nicht, um sich in den Mittelpunkt zu stellen, nicht, um zu einem Team mit Fahne zu gehören, welches in Konflikt mit einem anderen Team steht, sondern einfach, um echten Sport zu treiben. Wie Descartes schon sagte, ist der Mensch ein vernünftiges Wesen. Er hat eine Seele und einen Geist oder, wenn man so will, ein Herz. Er hat Gefühle und Emotionen, wie es Freud betonte. Doch leider, oder vielmehr glücklicherweise, hat er auch einen Körper, der diese Gefühle und Gedanken beherbergt und sie dem Mitmenschen näher bringt. Der wahre Sport hat eine Berufung, die be-



sagt, aus sich einen besseren Menschen zu machen, um nicht sich selbst, sondern seinem Nächsten zu dienen. Das ist wahrer Sport! Es geht darum, seine eigenen Fähigkeiten, seine Kraft und Leistungsfähigkeit zu bewahren, um sie den Mitmenschen zur Verfügung zu stellen.

## Wann beginnen?

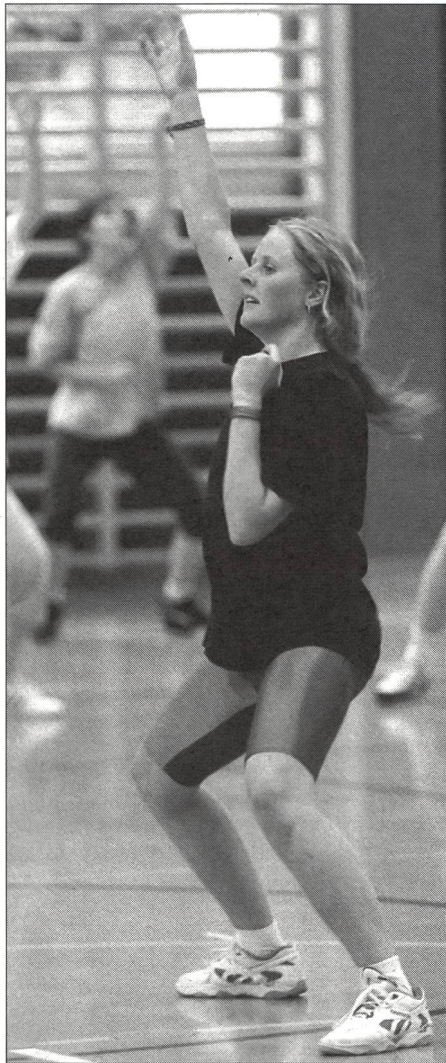
Übertragen wir dies nun auf die Ebene des Kindes. Zu welchem Zeitpunkt soll ein Kind mit Sport anfangen? Unmittelbar nach der Geburt sollte es damit anfangen, aber wahrscheinlich beginnt es schon früher. Die fötalen Bewegungen stellen eigentliche Bewegungsabläufe dar und sind somit bedeutsam. Natürlich haben sie nichts mit Sport in unserem Sinne zu tun, mit Siegern, mit Meisterschaftstiteln, mit Gold-Pokalen und Medaillen.

Die Hauptaufgabe des Kindes besteht darin, zu wachsen, sich zu entwickeln und zu entfalten. Unmittelbar nach der Geburt beginnt es damit, doch auf eine andere Art als in späteren Altersstadien. Beim Kleinkind kann der Sport in philosophischer und nicht in sozialer oder organisatorischer Hinsicht definiert werden. Aus diesem Grund werden keine Verhaltensregeln für den Kleinkindersport abgeleitet. Eine Regel gibt es nur in dem Sinne, dass völliger Freiraum und keinerlei Normzwang bestehen soll. Es gibt Dreijährige, die perfekt schwimmen, aber keinen Speer werfen können, weil das für sie völlig bedeutungslos ist. Andere Kleinkinder üben sich mutig und zäh im Gehsport. Sie versuchen, so schnell wie möglich voranzukommen, ohne dass man sie dazu anhalten würde.

## Bewegungs(un)freiheit

Das Grundprinzip der Bewegungsfreiheit stellt die Basis jeder sportlichen Aktivität dar, doch dem Kind wird sie aus unbekanntem Gründen nicht zuerkannt. Warum bricht es sich ein Bein, wenn es losrennt und Sprünge macht; warum ertrinkt es, wenn es zu schwimmen beginnt? Aus lauter Verboten unternimmt es nichts, und Schwärme von Aufsichtspersonen bewachen es, um sicherzugehen, dass es tatsächlich nichts oder

*Dr. med. Marcello Bernardi ist ein bekannter italienischer Kinderarzt. Sein Buch «Il nuovo bambino» wurde vor ungefähr 30 Jahren veröffentlicht und ist ein Bestseller im Bereich Kindererziehung. Dieser Artikel ist eine bearbeitete Fassung des Vortrages, den Dr. Bernardi im letzten September anlässlich eines Konferenzzyklusses im Jugendsportzentrum Tenero (CST) gehalten hat.*



sowenig wie möglich unternimmt. Niemand denkt daran, ihm geeignete Freiräume ohne Kanten und Kluften zur Verfügung zu stellen. Wichtig ist, seine Tatenlust zu unterbinden oder zumindest ihm gewisse Taten zu verbieten. Doch wenn ein Mensch nicht in seinen ersten Lebensjahren Herr seines Körpers wird, erweist sich dieses Unterfangen später als sehr schwierig.

## Entwicklung

Wenn wir kurz den Entwicklungsprozess des Aufrechtgehens, des Gehens auf zwei Beinen betrachten, so stellen wir Erstaunliches fest. Ein einjähriges Kind geht unsicher und breitbeinig, um den Schwerpunkt niedrig und zentral zu halten. Schauen wir uns das gleiche Kind im Alter von zwei Jahren an: ein hervorragender Athlet ist aus ihm geworden. Warum? Hat man dem Kind einen Entwicklungsfreiraum gewährt, so konnte es von selbst mühelos lernen. Gesel hat vor 40 Jahren ein wunderschönes Buch geschrieben, welches uns heute wohl zum Schmunzeln bringen würde, denn die Beschleunigung der Entwicklung, hat die von Gesel beschriebene Epoche stark

verändert. Seine Geschichte ist dennoch beispielhaft und beschreibt, was ein Kind in seinen ersten Lebensjahren alles lernen kann, wenn man es in Ruhe lässt und wenn man ihm alles zur Verfügung stellt, was ihm nützen kann, Wasser eingeschlossen. Dies behält bis zum Schulalter seine Gültigkeit.

Im Schulalter taucht dann ein anderes Problem des Sportes auf, nämlich der soziale Aspekt. Hier kann mit der Problemstellung begonnen werden, allerdings nicht mit dem Wettkampfsport oder mit dem Ringkampf, es sei denn, die Kinder wollen einen Kampf untereinander austragen. Früheste Kindheitserinnerungen führen mich zum Schluss, dass eine der bevorzugtesten Sportarten – ich spreche von der Zeit vor etwa 50/55 Jahren – der Kampf mit allen seinen Variationen war. Wir waren davon begeistert, weil er alle Bewegungsarten einschloss, wie rennen, springen, Gewichte heben und Geräte verwenden. Der Zweikampf war unsere Lieblingssportart, und fast alle von uns haben gelernt, den Körper im Kampf einzusetzen. Andere haben sich darauf beschränkt, zu laufen oder auf Bäume zu klettern. Es kann durchaus eine gewisse Organisation zum Zuge kommen, solange sie nicht aufgezwungen wird und solange sie es erlaubt, eine bestimmte körperliche Aktivität gemeinsam auszuüben.

## Versuchungen in der Pubertät

Dann kommt die zurecht als kritisch bezeichnete Pubertätsperiode, das Nachschulalter. Da zeichnen sich die Gefahren ab, mit denen wir Kinderärzte tagtäglich konfrontiert werden. Die grösste Gefährdung besteht darin, der erstgenannten Sportart zu verfallen und somit Sport nicht aktiv zu betreiben, sondern den anderen zuzuschauen.

Dabei werden das Sektierertum, die mythische Verklärung eines besonderen Wahrzeichens sowie die Bildung von untereinander verfeindeten Gruppen gefördert. Wir dürfen nicht vergessen, dass der Faschismus ein Resultat des fanatischen Zusammenhaltes der «camicie nere», der Schwarzhemden, gegen die Anhänger der «Bandiere rosse», der roten Fahne, war. Mit einem kleinen Unterschied allerdings, der uns leider 20 Jahre Versklavung sowie einen Krieg kostete. Die Anhänger der «bandiera rossa» sangen ausschliesslich «bandiera rossa», die Schwarzhemden hingegen verwendeten zunächst Knüppel und Rizinusöl und schliesslich Maschinengewehre.

Genau dies ist die Wurzel von viel menschlichem Leid. Die Anthropologen sind der Ansicht, dass ein Mensch, um als solcher existieren zu können, den gol-

denen Mittelweg zwischen dem mythischen Symbolismus und der konkreten Logik oder anders ausgedrückt, zwischen Gefühl und Verstand finden muss. Wenn die Vernunft überhand nimmt, werden wir zu einer Krämergesellschaft, die in Frieden zusammenlebt, weil der eine dem anderen nützt und weil alle gut verdienen. Wenn der mythische Symbolismus überhand nimmt, werden wir zu einer Gesellschaft der fanatischen Verfolger. Darin besteht meiner Ansicht nach das Dilemma für einen jungen Menschen im Pubertätsalter. Er wird hin- und hergerissen zwischen Mythos und Zynismus, zwischen Leidenschaft und Kalkül, zwischen gezwungenermaßen aufgegebenem Spiel und zukünftigem Arbeitsleben, zwischen einer hauptsächlich auf gefühlsmässigen Werten basierenden und einer grösstenteils auf konkreten Werten beruhenden Gesellschaft. Die Behauptung, dass der Pubertierende eine Identitätskrise durchläuft, ist eine Untertreibung. Er wird hart auf die Probe gestellt, und es braucht nur wenig, um ihn zum Straucheln zu bringen.

## Fallen

Sehr leicht können dem jungen Menschen auf seinem Weg Fallen gestellt werden. Es braucht wenig, um ihn mit grösster Wahrscheinlichkeit zum Fallen zu bringen. Die erste Sportart, dieser Passivsport, dieser Fanatiker- oder Partisanensport ohne irgendwelchen persönlichen Einsatz, stellt aus meiner Sicht ein grosses Risiko dar. Was kann man dagegen unternehmen? Natürlich gar nichts! Man kann einzig versuchen, kein schlechtes Beispiel zu geben. Der Vater, der sich am Sonntag ein Spiel anschaut und in Weissglut gerät, weil sein Team verloren hat, weil der Schiedsrichter unfair war... stellt kein gutes Vorbild dar, und man kann einem Jungen nicht verbieten, Anhänger von Milan oder von einem anderen Team zu sein.

Die Trendsportarten sind etwa ähnlich gefährlich, denn der Jugendliche im Pubertätsalter ist empfänglich für alle Suggestionen und somit auch für die neuen Trends, die ihn dazu bringen, sämtlichen Unsinn mitzumachen, auch wenn er dazu überhaupt keine Lust hat. Er macht mit, weil seine Freunde mitmachen, weil er sich dabei gut fühlt und weil er unmöglich danebenstehen kann. Ebenso gefährlich und äusserst schädlich ist meiner Meinung nach der Meisterschaftskult. Im Laufe meines Lebens hatte ich die Gelegenheit, verschiedene Sportgrössen kennenzulernen. Einige wurden mehr oder weniger zufällig Sportgrössen, weil sie gut und motiviert waren. Andere wollten um jeden Preis Erfolg haben. Dabei handelt es sich um Erfolgsjäger der übelsten Sorte. Sie lei-

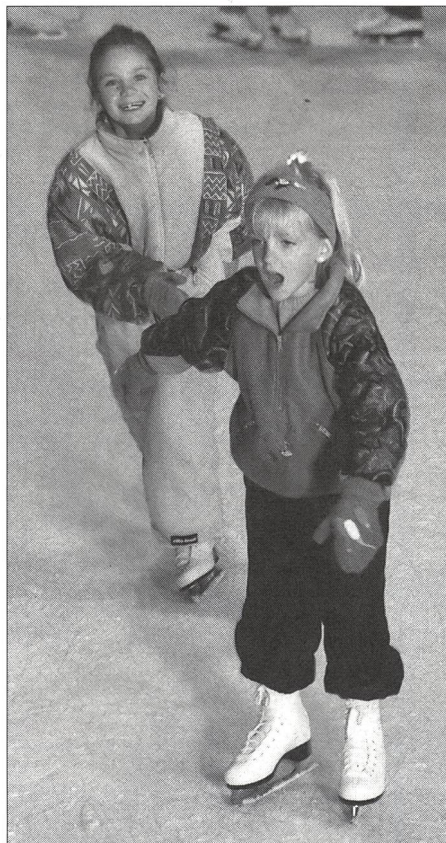
sten im Sport Hervorragendes, doch als Menschen taugen sie nicht viel.

Die Überbewertung der Titel ist meiner Ansicht ein Übel und hat mit Sport weder in physischer noch psychologischer Hinsicht viel zu tun. Es handelt sich vielmehr um eine Manie, auf der psychologischen Ebene um eine recht schwere Neurose und auf physischer Ebene um eine Missbildung. Also Achtung!

*«Ich war höchst angenehm überrascht, als ich das nationale Jugendsportzentrum in Tenero gesehen habe. Hier braucht man mit den Leuten nicht zu diskutieren und braucht keine Forderungen zu stellen. Der hier herrschende Geist ist der Geist des wahren Sportes. Die Menschen kommen hierher, um wahren Sport auszuüben, um ihr Bestes den Mitmenschen zur Verfügung zu stellen. Es wird im Sinne des wahren Sportes gehandelt.»*

## Was tun?

Im Vorschulalter soll das Kind tun und lassen können, was es will: man soll ihm seine Freiheit lassen. Nur – einen solch attraktiven und ungefährlichen Freiraum wie hier in Tenero finden Sie an sehr wenigen Orten. Wenn Sie einmal zufällig nach Mailand kommen, achten Sie darauf: Nicht einmal die Gehsteige sind frei, weil sie von geparkten Autos belegt werden. Es gibt keine Innenhöfe und Gärten



mehr, weil sie voll von Rauschgifthändlern und Obdachlosen, voll von städtischer Kleinkriminalität sind. Es gibt keine Gärten mehr zwischen den Häusern, weil sie für Kinder verboten sind. Es gibt überhaupt nichts mehr. Es gibt keine Eigenheime mehr, weil der Wohnungspreis in Mailand so hoch ist wie in der Schweiz. Wo kann sich ein Kind austoben? Wenn Sie aufs Land fahren, werden Sie feststellen, dass es auch da nichts mehr gibt ausser Strassen, auf denen die Automobilisten wie Verrückte fahren. Der Rest ist landwirtschaftlich genutztes oder verwildertes Gebiet. Wie kann denn ein Kind sich frei bewegen oder sich im Wasser tummeln? Wohin kann es gehen?

Im Schulalter sollte die Schule einen Teil der sportbezogenen Erziehungsaufgabe übernehmen, doch an den meisten Orten gibt es keine Turnhallen, keine Sportplätze, keine Schwimmbäder und keine Gärten. Es gibt überhaupt nichts. Vor allem gibt es keine geeigneten Erwachsenen, die dem Kind helfen, die dem Schüler verständlich machen können, dass man Sport gemeinsam treibt, dass Sport der Gemeinschaft und nicht der Rivalität dient, dass man auf freundschaftlicher Ebene als Kameraden gegeneinander kämpft und nicht aufgrund von gegenseitigem Hass. Versuchen Sie einmal, das dieser Welt der Prahlhäse und Stümper, die jeden Tag etwas Neues erfinden, verständlich zu machen!

## Sportgeist

Was sehen diese Jugendlichen abgesehen von Wasserball, Basketball und Fussball, die während Stunden die TV-Kanäle belegen und die lautstarke Begeisterung oder Enttäuschung der Zuschauer zeigen? Es ist sicher recht schwierig, den wahren Sportgeist über den Fernsehschirm zu vermitteln, aber leider wird nicht einmal der Versuch dazu unternommen. Das Maximum, was wir unseren Kindern in sportlicher Hinsicht vermitteln können, sind die Wettbewerbe, die Teams, die Gruppen im grünen oder gelben Leibchen, die gewinnen, weil sie die richtige Antwort erraten haben. Und der Gipfel der Serie, die Sommerspiele (wie heissen sie gleich...?). Wo ist der Sport, wo ist der Geist des Sportes? Wo ist diese innere Notwendigkeit, an sich zu arbeiten, um dem Nächsten besser dienen zu können? Wo ist der wahre Sportgeist? Ich glaube, dass der Moment gekommen ist, um einen Appell zunächst an alle Eltern zu richten, die keine Generäle sind, wie es Totò sagte, sondern Menschen, menschliche Wesen. Dann an alle Lehrkräfte und schliesslich, und das ist nicht als Scherz gedacht, an alle Staatsbeamten, an diejenigen, die wir in Italien Politiker nennen. ■