

**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

**Band:** 8 (2006)

**Heft:** 5

**Artikel:** Fünf Tage sind mehr als eine Woche

**Autor:** Bignasca, Nicola

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-991782>

### 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](#)

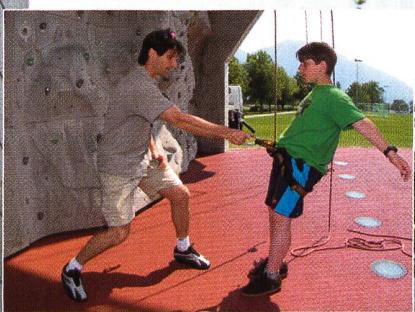
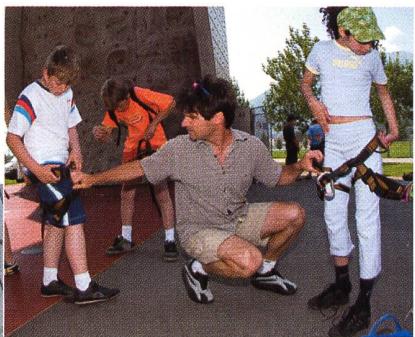
### Terms of use

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:** 04.02.2026

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

# Fünf Tage sind mehr als eine Woche



**Giorgio Piffaretti //** Er beobachtet seit Jahren, wie Sportlager organisiert und durchgeführt werden. Vieles wird dabei richtig und einiges falsch gemacht. Der Technische Leiter des Nationalen Jugendsportzentrums Centro Sportivo Tenero (CST) über Chancen, Risiken und neue Tendenzen.

Nicola Bignasca

Foto: Francesca Agosta

► «Keine fixen Arbeitszeiten, maximale Flexibilität des Leiterteams, zahlreiche Unvorhersehbarkeiten.» So beschreibt Giorgio Piffaretti sein Schlüsselerlebnis als Verantwortlicher eines Sportcamps. Damals war er noch beim Tessiner Verband für die Integration von Menschen mit Behinderungen tätig: «Ich habe es am eigenen Leib erfahren, was es heißt, rund um die Uhr verfügbar zu sein, um sich dann um die unwahrscheinlichsten Dinge kümmern zu müssen. Wie zum Beispiel der Teilnehmer, der sich auf dem Weg vom Bus zur Unterkunft verirrt; oder die Instruktoren, die Ski-Alpin hätten unterrichten sollen, dann aber die Grundlagen des Langlaufs vermitteln mussten.»

### 30 statt 24 Stunden

Alle sollten sich fragen, wo und wann sie ihre stärksten Emotionen während ihrer Schulzeit oder in ihrem Sportverein erlebt haben. Was ist vom Unterricht oder von den Trainings hängen geblieben? «Für viele – ich schließe mich dabei nicht aus – sind es Erinnerungen an ihre Sportwochen. Schau dir mir alte Fotos an, lebt in mir die Intensität jener Erlebnisse wieder auf. Ich weiß noch, wie ich mir damals wünschte, die Tage hätten 30 und nicht bloss 24 Stunden. Keinen einzigen Augenblick wollte ich verpassen, und so war ich ständig darum bemüht, nicht einzuschlafen. Ich nahm an den Sportlagern nicht nur um des Trainings oder Lernens willen teil. Mir ging es vielmehr um die Gruppenerlebnisse, die außerhalb des Alltäglichen stattfanden.» Giorgio Piffaretti weiß mit Sicherheit: Sportlager sind einzigartige Events, wahre «D.O.C.-Produkte», für die es keine ebenbürtigen Ersatzveranstaltungen gibt. Denn im Sportunterricht oder im normalen Training können Schüler niemals dieselben Erfahrungen in der Gruppe machen, da sie in erster Linie aufs Lernen und aufs Training ausgerichtet sind.

### Auftakt statt Krönung

Ein Sportlager ist der Höhepunkt eines langen Projekts. Hier schließt sich ein Kreis. Das Ende einer in jeder Hinsicht intensiven Woche zeigt beim Leiterteam und bei den Teilnehmern Wirkung. Die Müdigkeit macht alle dünnhäutig, sensibel. Meist kommen die Emotionen erst ein paar Tage später auf, wenn man wieder zu Hause ist und das Besondere der vergangenen Erlebnisse erst richtig realisieren kann. Giorgio Piffaretti: «Es ist spannend, die mittel- und langfristigen Auswirkungen eines Sportlagers auszuwerten. Ich bin überzeugt, dass Sportlehrer und Trainer die Früchte ihrer Arbeit erst in den darauf folgenden Wochen ernten können. Vor allem in Bezug auf gruppendifferentielle Erfahrungen und in Sachen Arbeitsintensität und -umfeld.» Deshalb rät er Schulen und Vereinen, ihre Sport- und Trainingslager am Anfang, und nicht am Ende eines Schuljahres oder einer Trainingsperiode anzusetzen. «Für viele Schulen soll das Sportlager ein Schuljahr krönen. Doch dann gehen die Schüler in die Ferien, und im September sind die positiven Auswirkungen des Sportlagers verflogen.» →

Giorgio Piffaretti ist überzeugt, dass Sportlehrerinnen und Trainer die Früchte ihrer Arbeit erst in den darauf folgenden Wochen ernten können.



### Damit das Eis schmilzt

Das Organisieren eines Sportlagers verlangt von einem Kurs-Chef maximalen Einsatz. Vor allem, wenn er dies zum ersten Mal tut. «Allein schon das Organisieren eines Lagers ist als Erfolg zu werten. Das bestätigen mir zahlreiche Gespräche mit Lehrern unterschiedlicher Institute oder mit Trainern vieler Verbände.

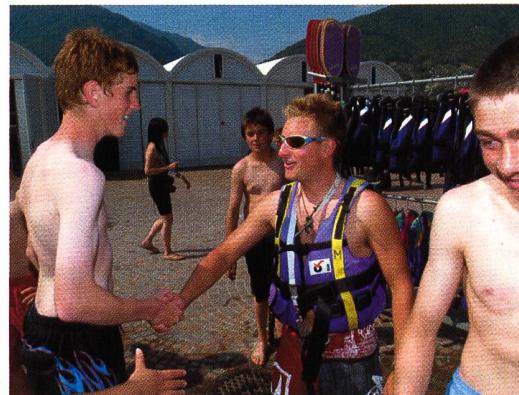
Für sie alle sind es die Erfahrungen, die sie Jahr um Jahr machen, die ihnen jeweils den Weg zum idealen Sportlager weisen.» Der erste Schritt ist oft der schwierigste. Trainer können in der Regel innerhalb des Klubs auf ein institutionalisiertes Programm zurückgreifen. Schulen überlassen die Programmierung und Organisation den Sportlehrern. Und diese werden weder von der Schulleitung noch von Kollegen optimal unterstützt. Giorgio Piffaretti rät also, auf langfristige Resultate hinzuarbeiten: «Es wäre schade, nach einer ersten Erfahrung bereits aufzuhören zu müssen. Denn nun ist das Eis geschmolzen. Fällt die Bilanz positiv aus, ist das bereits ein Lohn für die Anstrengungen. Man muss jedoch für Kritik empfänglich bleiben und bereit sein, Pläne noch einmal zu überdenken.»

mer mehr neue Disziplinen an. Giorgio Piffaretti: «Ein breites Angebot an neuen oder wenig bekannten Sportarten zu haben, ist nicht immer ein Erfolgsgarant. Zu viel Auswahl führt nämlich zu einer Art «Zapping». Der Jugendliche bekommt von allem ein bisschen und hat am Ende des Lagers wenig bis gar nichts gelernt und erlebt.» Trotzdem besteht diese Tendenz zum «Anbeissen und Weglegen». Man glaubt, in einer Stunde die Grundlagen einer neuen Sportart erlernen zu können. Aber in einigen Disziplinen – wie Windsurfen, Segeln oder Tennis – sind die ganzen fünf Tage eines Lagers nötig. Denn man muss auch Faktoren wie Müdigkeit und Konzentration berücksichtigen.

### Die Fussball-wird zur Kochmannschaft

Diese bemerkenswerte Entwicklung ist auch in Trainingslagern festzustellen. Viele Vereine und Verbände erweitern ihre Programme ebenfalls um neue Sportarten. «Konzentrierte man sich früher ausschliesslich auf die eigene Sportart, tendiert man heute dazu, zusätzliche Disziplinen einzuführen, um Regeneration und Teamgeist zu fördern», sagt Giorgio Piffaretti. Trainer und Vereinsführung müssen Offenheit signalisieren, mittelfristige Ziele setzen und sich mit Geduld wappnen.» Der Tessiner erinnert sich: «Der Ex-Trainer

Fotos: Francesca Agosta



### Wichtige Time-outs

Neulinge tendieren oft dazu, sich allzu hohe Ziele zu stecken und ein Kursprogramm zu überladen. Sicher, in Sport- und Trainingslagern hat man viel Zeit zur Verfügung, und die sollte man optimal ausnutzen. Vor allem auch, weil man Ziele erreichen kann, die während des normalen Sportunterrichts niemals erreicht werden können. Für Giorgio Piffaretti birgt diese Tendenz aber Gefahren: «Wichtige Time-outs oder Momente der Reflexion fehlen oft. Meistens bemerkt ein Kursleiter die Probleme im Zusammenhang mit der Umsetzung seines Programms zu spät. Ich versuche zwar, ihn vorgängig dafür zu sensibilisieren, aber wenn das Programm schon steht, rollt natürlich der Zug. Und dann können nur noch Symptome bekämpft werden. Wirksam werden meine Botschaften dann erst ein Jahr später.» Unerfahrene Lehrer und Trainer sollten sich deshalb mit gestandenen Mitarbeitern und Helfern umgeben, rät er. Ihnen könnten verantwortungsvolle Aufgaben, die ein hohes Mass an Vertrauen voraussetzen, zugeteilt werden.

### Zapping vermeiden

In den vergangenen Jahren haben Winter- und Sportlager eine erstaunliche Entwicklung durchgemacht: In Schullagern, aber auch in jenen, die von Vereinen und Verbänden organisiert werden, hat sich die so genannte «Polysportivität» durchgesetzt (mehr dazu auf S.16 ff.). Die Schule wird vor allem den von Massenmedien stark beeinflussten Bedürfnissen der Schüler gerecht und bietet deshalb im-

des FC Thun teilte den Tag auf: einen halben Tag trainieren, einen halben Tag alternative Aktivitäten, um den Teamgeist zu fördern. Eines Abends haben die Spieler des FC Thun sogar für alle Anwesenden in Tenero gekocht.» Die innovativste Formel, die nun auch erste Früchte zu tragen beginnt, ist sicherlich jene, die im «Talent Treff Tenero» angewendet wird, wo Athleten unterschiedlicher Sportarten ihre eigene wie auch ergänzende Disziplinen trainieren.

### Teilnehmer einbeziehen

Haben Schulen, Vereine oder Verbände einmal eine Zauberformel gefunden, welche ihren Teilnehmern entspricht, halten sie Jahr für Jahr daran fest, ohne sie jemals zu überdenken, ohne Neues zu integrieren. Dies birgt eine doppelte Gefahr: Auf der einen Seite steht das wachsende Desinteresse seitens der Teilnehmer, auf der anderen immer unmotiviertere Instruktoren. Giorgio Piffaretti versteht zwar, dass die Kursleiter an Bewährtem festhalten wollen. Trotzdem rät er, schrittweise neue Inhalte und Disziplinen einzuführen, ohne den Kern des Programms zu verändern. Die Meinungen der Teilnehmer sind dabei sehr wichtig: «Als Organisator ist man Zuschauer und kann das Programm nicht gut einschätzen. Das Feedback der Teilnehmenden wird aber von der Kursleitung zu wenig konsequent eingeholt. Dieser Aufwand würde sich jedoch langfristig auszahlen.»

### Mehr Zeit zur Kreation

In den letzten Jahren ist der Druck auf den Lehrkörper gestiegen,

denn die Teilnehmer sind anspruchsvoller geworden. Zudem verspüren die Kursleiter eine enorme Verantwortung und wollen die Gefahr von Verletzungen auf ein Minimum reduzieren. Die Furcht davor, dass etwas passieren könnte, wiegt manchmal gar schwer auf ihnen. Und ihre Reaktionen sind symptomatisch: «Wenn etwas geschehen soll, dann ist es besser, es geschieht während der sportlichen Aktivität.» Also wird die Freizeit detailliert geplant, den Kursteilnehmern wenig Freiraum gelassen. Giorgio Piffaretti: «Freizeit kann heute nicht mehr als solche bezeichnet werden, denn sie ist durch und durch strukturiert. Kein Vergleich zu den Sportwochen während meiner Gymnasiasten-Zeit.» Heute fehlt den Teilnehmern die Zeit zur Kreativität. Dies sollte bereits während der Planung und der Programmgestaltung bedacht werden. Man könnte zum Beispiel lediglich Vorgaben machen, zu erreichende Ziele definieren, ohne aber einen Weg dazu aufzuzeigen. Im Sinne von «Hier ist ein Wald, ihr müsst aus Holz etwas herstellen, das schwimmt.»

Freizeit gestaltet sich in einem Sportlager anders als im Alltag.



Man verbringt eine ganze Woche ohne Fernsehen, ohne Internet und manchmal gar ohne Handy. Die Teilnehmer entdecken, dass sie viel mehr Zeit als üblich zur Verfügung haben. Sie verändern in einem Lager ihre Gewohnheiten zwar nicht, aber sie entdecken vielleicht neue Möglichkeiten der Freizeitgestaltung, denen sie im Alltag nicht begegnen würden.

#### **Neue ins Boot nehmen**

Niemand bezeichnet Sportlager als überflüssig oder bestreitet deren erzieherischen Wert. Dennoch verzichten einige Organisationen auf eine Wiederholung. Fehlende Finanzierungsmöglichkeiten sind dann oft eine bequeme Ausrede. Eine viel wichtige Rolle spielt aber meistens das involvierte Personal. Denn einige Kursleiter fühlen sich nicht auf der Höhe der gestellten Aufgabe und beklagen sich über die mangelnde Unterstützung seitens der Direktion oder des Kollegiums. Deshalb wird die Wahl der Mitarbeiter zum Schlüssel des Erfolgs: Alles ist einfacher, wenn sich Lager- und Kursleitung verste-

hen, da man gegenseitig auf mehr Flexibilität und Engagement zählen kann; fehlt diese Zusammenarbeit, können Leiter ein Sportlager regelrecht zerstören. Giorgio Piffaretti's Rat: «Engagiert nur Leiterinnen und Leiter, die ihr kennt; investiert genügend Zeit und Energie für deren Einschulung. Seid euch bewusst, dass es nicht nur ausgeschlossene Schülerinnen und Schüler, sondern auch schlecht integrierte Leiterinnen und Leiter gibt. Dies geschieht oft auch dadurch, dass «Alte Hasen» gerne in Erinnerungen schwelgen und «die gute, alte Lagerzeit» heraufbeschwören. Die Neuen fühlen sich dadurch logischerweise ausgeschlossen.» Zudem rät er den Kantonalen J+S-Ämtern, welche Sportlager mit hoher Teilnehmerzahl organisieren, die Leiter einen Tag vor Beginn des Lagers zusammenzubringen. So lernen sich alle gegenseitig kennen, was dem Teamgeist nur förderlich ist.

#### **Wahre Persönlichkeit zeigt sich**

Rechte und Pflichten eines jeden Mitarbeiters müssen vor Beginn eines Lagers klar definiert werden. Giorgio Piffaretti empfiehlt dem Kursleiter das Ausarbeiten eines «Pflichtenhefts», das sowohl die technischen Aspekte der sportlichen Aktivität als auch die Rolle des Leiters während der Freizeit der Schüler/innen klar festhält: «Die Leiter tragen sowohl zum Gelingen der sportlichen Aktivitäten als auch der Freizeit bei. Sie müssen genau wissen, was man von ihnen in freien Momenten erwartet. Ein Beispiel: Was machen sie mit der Gruppe, wenn die sportliche Aktivität früher fertig ist als geplant?» Klare Richtlinien können hier Missverständnissen vorbeugen. «Eine frühe Erfahrung als technischer Verantwortlicher beim CST war die Teilnahme am Projekt «Talent Treff Tenero». Wir hatten 35 ausgebildete und sich in Ausbildung befindende Sportlehrer, die sich nicht kannten. Ihre Rollen waren nicht klar verteilt, und es herrschte Neid zwischen den einzelnen Gruppen. Ich musste sehr viel investieren, damit sie sich verstanden.»

Während einer solchen Woche zeigt sich dann auch die wahre Persönlichkeit eines Lehrers oder Kursleiters. Im «normalen» Unterrichtsbetrieb können die eigenen Schwächen oft noch kaschiert werden, im Lager ist das nicht mehr möglich. Giorgio Piffaretti: «Ein Lehrer, der ein Lager leitet, verwandelt sich von einer «unantastbaren» Lehrperson in einen «normalen» Menschen mit all seinen Schwächen und Stärken. Denn während eines Lagers entwickelt sich ein Verhältnis von Mensch zu Mensch und nicht eine Lehrer-Schüler-Beziehung.»

#### **Ausbildung intensivieren**

Leider wird an den Schweizer Ausbildungsstätten für Sport und Bewegung kein spezifisches Wissen in Sachen Didaktik und Methodik von Sportlagern vermittelt. Giorgio Piffaretti: «Ich kann nur hoffen, dass sich die Verantwortlichen dessen bewusst sind und für künftige Generationen von Dozenten eine gute theoretische und praktische Ausbildung in Sachen Organisation und Ausführung von Sportlagern anbieten werden. Solches Wissen soll zu den Kernkompetenzen gehören: Wie stellt man ein Sportprogramm zusammen? Wie schafft man das richtige Verhältnis zwischen sportlicher Tätigkeit und Freizeit? Wie definiert man die Präsenzzeit der Leiter? Wie verhält man sich in Stress- und Ausnahmesituationen? Es wäre schade, über eine aussergewöhnliche Disziplin zu verfügen und sie auf der Ausbildungsebene nicht zum Tragen kommen zu lassen.» //

➤ Giorgio Piffaretti ist Technischer Leiter beim «Centro sportivo nazionale della gioventù» in Tenero. Kontakt: [giorgio.piffaretti@baspo.admin.ch](mailto:giorgio.piffaretti@baspo.admin.ch)