

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

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

Band: 12 (2010)

Heft: 5

Artikel: Unter ein und demselben Banner

Autor: Aschwanden, Sergei

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992341>

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>

Unter ein und demselben Banner

Sportunterricht, Schulsport, Elitesport: Lässt sich da nicht ein gemeinsamer Nenner finden?

Nach 18 Jahren im Hochleistungssport drücke ich als Sportbegeisterter wiederum die Schulbank, als Sportstudent an der Universität Lausanne; immer wieder habe ich mich im Lauf der Jahre gefragt, ob es möglich ist, die unterschiedlichen Zugänge zum Sport auf einen Nenner zu bringen, der unserer Jugend eine ideale Basis für ihr Wohlbefinden im Alltag, aber auch in Schule und Ausbildung gibt.

Diese Basis müsste nicht nur auf die Absichten eines Kindes zugeschnitten sein, das in den Wettkampfsport einsteigen und eines Tages Tabellenführer werden will, sondern auch dem Altersgenossen dienen, der eine Sportart einfach zur Freude ausübt. Gerade ihm würde dabei bewusst, was Sporttreiben kurz-, mittel- und langfristig bringt. Schaffen wir diesen einen Nenner, können wir der Zukunft unserer Jugendlichen gelassen entgegenblicken und tun erst noch viel für ihre Gesundheit.

Immer wieder kommen Probleme der Jugendlichen wie Übergewicht, fehlende Bewegungsaktivität und/oder -motivation oder ihr immer gewalttägigeres Verhalten zur Sprache. Und gleichzeitig werden unsere Städte zubetoniert und den Kindern auch noch die letzten Möglichkeiten genommen, sicher zu spielen. Noch nicht lange her diskutierte man darüber, doch eine Sportlektion aus dem Stundenplan zu streichen.

Unter diesen Voraussetzungen scheint es mir zwingend, den Sport in unserer Gesellschaft neu zu positionieren. Jugendliche müssen sich den ganzen Tag lang bewegen können. Um dieses Ziel zu erreichen, könnte man dem Sport in der Schule dasselbe Gewicht wie den andern Fächern (Deutsch, Mathematik, Französisch usw.) geben – einem Bereich notabene, in dem einer von achtzig Schweizern sein Brot verdient und der 2005 einen Umsatz von 15 100 Millionen Franken generierte. Müssten unsere Kinder Hausaufgaben im Sport machen, wären sie automatisch mit der Materie konfrontiert und würden mehr Ehrgeiz entwickeln. Meine Erfahrungen als Pate von schule.bewegt, einem Projekt zur Unterstützung sporttreibender Kinder, und als Judoleiter des Equité-Projekts in Lausanne, wo Judo in den Lehrplan aufgenommen wurde, bestätigen es: Sport verbessert die Schulleistungen.

Ausserdem: Wirtschaftlich und technologisch ist die Schweiz an der Spitze; wir haben in der ganzen Welt bekannte Universitäten. Im Sportbereich verfügen wir über Infrastrukturen und das System Jugend+Sport, die beide leistungsfähig sind. Den Hochleistungssport hingegen, ein wichtiges Aushängeschild unseres Landes, überlässt man sich selbst. Weshalb? Diese Frage habe ich mir während meiner Karriere häufig gestellt, und erst recht jetzt, wo sie abgeschlossen ist, wenn ich mit Kindern konfrontiert bin, die Spitzensportler werden möchten, oder ihren Eltern. Manche glauben immer noch, Sport sei kein «richtiger» Beruf. Was ist zu tun, um

dieses Image zu ändern? Müssen jetzt auch wir Sportler in die Politik einsteigen, um uns besser Gehör zu verschaffen?

Eine Antwort auf diese Fragen habe ich noch nicht gefunden, aber ich bin überzeugt, dass es höchste Zeit ist, alles zu unternehmen, damit unsere Jugendlichen gesund bleiben. Die Wissenschaft hat schliesslich nachgewiesen, dass Sport wichtig ist, um lange und gesund zu leben. Ganz abgesehen davon, dass sich körperliche Aktivität positiv auf die intellektuelle Leistungsfähigkeit von Gross und Klein auswirkt! Wettkampfsport, aber auch Sport im Allgemeinen haben mir in meinem Leben enorm geholfen und helfen mir heute noch. Ich habe gelernt, mit extremen Stresssituationen umzugehen, Ziele zu setzen und gut zu planen, um sie zu erreichen. Mitbekommen habe ich dabei Werte wie Disziplin, Wille, Geduld, Mut, Respekt, Durchhaltevermögen, Freundschaft, Ehrlichkeit, aber auch die Freude und das Glück, tun zu können, was ich mag.

Wie sagte Martin Luther King? «I have a dream.» Mein Traum ist, dass unser Land eines Tages über ein Sportsystem verfügt, in dem sich dank verlässlicher und effizienter Strukturen jeder auf seine Art sportlich entfalten kann! ■

Sergei Aschwanden war während 18 Jahren Judoprofi. Zweimal war er Europameister (2000 und 2003), an der Weltmeisterschaft in München holte er 2001 die Bronzemedaille und an der Weltmeisterschaft in Osaka 2003 die Silbermedaille; an den Olympischen Spielen in Peking 2008 gewann er Bronze. 2009 orientierte er sich beruflich neu; zurzeit studiert er Sport an der Universität Lausanne. Parallel dazu ist Sergei Aschwanden Technischer Leiter des Judoclubs Mikami in Lausanne und unterrichtet diese Disziplin Schülern im Rahmen des Equité-Projekts der Stadt Lausanne.

Kontakt: info@sergei.ch

Foto: Ueli Känzig

