

Zeitschrift: Starke Jugend, freies Volk : Fachzeitschrift für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 13 (1956)

Heft: 4

Artikel: Leibesübungen als Erziehungsfaktor

Autor: Meier, Marcel

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-991097>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 01.04.2025

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

Starke Jugend Freies Volk

Monatsschrift
der Eidgenössischen Turn- und
Sportschule (ETS) in Magglingen



Magglingen, im April 1956

Abonnementspreis Fr. 2.30 pro Jahr

Einzelnummer 20 Rp.

13. Jahrgang

Nr. 4

Leibesübungen als Erziehungsfaktor

Marcel Meier

«Der höhere Zweck der Erziehung besteht darin, das menschliche Wesen zum freien und selbständigen Gebrauch aller Fähigkeiten vorzubereiten, die der Schöpfer ihm eingepflanzt hat.»
H. Pestalozzi.

Bevor wir auf das gestellte Thema eingehen, müssen wir den Begriff «Leibesübungen» abgrenzen. Mit den Leibesübungen ist nicht einfach Sport gemeint, denn Sport ist im heutigen Sprachgebrauch zu einem unförmigen Sammelbegriff geworden, unter dem man neben den Leibesübungen auch den gesamten Sportbetrieb mit all seinen positiven und negativen Seiten, die zweckfreie Betätigung im Sinne von Zerstreuung, das

Briefmarkensammeln sowie auch das Gesundheitsturnen u. a. versteht.

Da in der Sportterminologie immer noch ziemliche Verwirrung besteht, drängt sich eine Abklärung des Begriffes Leibesübungen auf.

Kurz und einfach gesagt, ist das Wort «Leibesübungen» eine zusammenfassende Bezeichnung für alle Arten von körperlichen Uebungen. Sie umfassen u. a. Turnen, Körpersport, Spiel und Gymnastik. Das Wesen, gleichsam der innere Gehalt der Leibesübungen, wurde an der vom österreichischen Bundesministerium für Unterricht im Jahre 1954 durchgeführten «Internationalen Tagung für zeitgemässe Leibeserziehung der Jugend» gefassten Resolution klar herausgestellt:

Aus dem Inhalt:

Leibesübungen als Erziehungsfaktor

Worte von Frau Dr. Bischof, Wien

Bücher und Zeitschriften

Eine Zigarette schadet nicht!

Wiedersehen mit Sigge Nordlund

Blick über die Grenze

Streiflichter

Echo von Magglingen



Der Turn- und Sportbetrieb im Freien hat in Magglingen bereits begonnen. Die Sportlehrerkandidaten (innen), die in der zweiten Märzhälfte in Müren und anschliessend in den Ferien weilten, beginnen in der dritten Aprilwoche ihr zweites Semester.

«Da die Leibesübungen nicht nur die Grundlage für die körperliche Leistungsfähigkeit schaffen, sondern auch der Geistes- und Charakterbildung dienen, stellen sie einen wertvollen und erst zu nehmenden Bildungsfaktor im Ganzen der Erziehung dar. Bei ihrer Pflege muss immer das erzieherische Moment in den Vordergrund treten. Der Leistungsgedanke und der sich daraus entwickelnde Wettkampf sind im sinnvollen Ausmass grundsätzlich zu bejahen.»

Dem Wortlaut dieser Resolution ist zu entnehmen, dass den Leibesübungen geistes- und charakterbildende Werte innewohnen; allerdings nur dann, wenn bei ihrer Pflege das erzieherische Moment in den Vordergrund gestellt wird.

Welches sind denn diese erzieherisch-ethischen Werte ?

Nehmen wir als erstes die «Fitness».

Körperliches Unbehagen macht unfähig zu geistiger Produktivität und zu physischer Leistung und wirkt bedrückend auf die Stimmung. Körperliches Wohlbehagen dagegen erhöht die Lust am Schaffen, steigert die Arbeitsfähigkeit, gibt der Lebensfreudigkeit Auftrieb (E. Schöning).

Verschiedene Geistesgrössen haben auf die ethisch-sittliche Bedeutung körperlichen Kraftgefühls hingewiesen (Fröbel, Rousseau, Goethe, Nietzsche). Jahn schreibt beispielsweise in seiner «Turnkunst»: «Man trägt ein göttliches Gefühl in der Brust, wenn man nur weiss, dass man etwas kann, wenn man will.»

Dr. Hans Groll schreibt dazu: «Dieses persönliche Lebensgefühl ist es, das den Menschen der Gegenwart von dem ihn beherrschenden Grundgefühl der Lebensangst befreien kann. Durch Leibesübungen werden systematisch jene Eigenschaften entwickelt, die das Gefühl der Kraft und Freiheit geben, erklärt der altersweise und tiefsinnige Pädagoge Nohl. In der Erziehung dürfen wir uns dieses Bildungsmittel daher nicht entgehen lassen, auch wenn man um die vielen Auswüchse eines übersteigerten Kraftbewusstseins im Sport weiss.»

Ein Direktor eines grossen Unternehmens erklärte letzthin in einem Gespräch, seit er regelmässig Box- und Gymnastikstunden nehme, fühle er sich im Geschäft sowie bei wichtigen Konferenzen irgendwie sicherer und überlegener als früher. Nicht dass er nun das Gefühl habe, es wäre ihm ein Leichtes, den Geschäftspartner mit einem Haken k. o. zu schlagen, wenn er nicht auf seine Intensionen eingehen wolle; es sei vielmehr das Gefühl der Fitness, das Gefühl körperlichen Wohlbehagens und körperlicher Frische, das sich auf sein Auftreten und Handeln in günstiger Weise auswirke.

Es ist dies eine typische psychische Auswirkung des Gesundheits- und Kraftgefühls.

Grosse erzieherische Werte liegen vor allem im Spiel. Seit Plato haben viele Grössen der Geisteswelt die Zweckfreiheit des Spieles als einen Wesenszug menschlichen Seins und als Quelle menschlicher Kultur angesehen. Die moderne Spielforschung rechtfertigt die Behauptung Nohls, dass Spiel, Sport und das ganze frohe Leben der Leibesübungen die ursprüngliche Form zweckfreien Handelns sind, wie wir sie dann erst wieder in den hohen geistigen Betätigungen von Kunst und Wissenschaft erfahren (Dr. H. Groll). Die speziellen erzieherischen Werte des Spieles liegen vor allem in der das Spiel charakterisierenden «Freiheit in der Bindung». Der Mensch fühlt sich frei im Spiel, doch unterzieht er sich frei und willig den Spielregeln, ohne die ein Spiel nicht gespielt werden kann. In diesem freiwilligen Unterziehen liegt das erzieherische Moment. Wenn im Elternhaus, in der

Schule sowie in den Jugendorganisationen darauf geachtet wird, dass das Kind und der Jugendliche sich ohne weiteres und freiwillig an die Spielregeln hält, werden sie ihm später wegweisend sein für sein persönliches Verhalten im Sport und auch in den übrigen Bezirken des menschlichen Seins.

Ein schönes Beispiel konnte man letzthin auf einem Fussballplatz erleben. Zwei Mannschaften kämpften um entscheidende Meisterschaftspunkte. Das Spiel stand unentschieden 3:3. Da erzielte der erstmals in der Mannschaft spielende junge Flügelstürmer in letzter Minute ein Tor und verhalf damit seiner Mannschaft zu einem vielbejubelten Sieg. Nachdem sich der Freudentaumel des einheimischen Publikums etwas gelegt hatte, schritt der junge Spieler festen Schrittes zum Schiedsrichter und erklärte ihm, er müsse das Tor annullieren, er habe sich nämlich den Ball vorher mit der Hand zurechtgelegt...

Da im Leistungssport vom Sportübenden immer wieder Leistungen verlangt werden, bei denen der Einzelne seine ganze Willenskraft mobilisieren, d. h. seine Trägheit überwinden muss, ist der Leistungssport auch ein vorzügliches Mittel, die Selbstdisziplin und den Willen zu schulen. (Bei Verweichlichung und Willenschwäche werden die Leibesübungen gerade in dieser Beziehung als wertvolles Hilfsmittel in der neuzeitlichen Heilpädagogik verwendet.)

Die Leibesübungen schaffen ferner eine mannigfache und vielseitige Befriedigung des jugendlichen Tatendranges. Sie ermöglichen dem Einzelnen immer wieder Leistungen, die ihm helfen, sein Selbstvertrauen in gesunder Weise zu festigen. Wir wissen ja auch alle aus eigener Erfahrung, was sportliche Betätigung beispielsweise dem Gemüte zu geben vermag, denken wir nur an das beseligende Hochgefühl, das sich z. B. nach einer grösseren Skitour einstellt (Dr. Schohaus).

In vielen Sportarten wird auch der Mut im Sinne von Schneid und gesundem Draufgängertum entwickelt. Die Jungen lernen sich dabei überwinden, sie werden etwas härter gegen sich selbst, sie lernen auf die Zähne zu beissen und durchzuhalten.

Von grosser erzieherischer Bedeutung ist die Förderung des Gemeinschaftssinnes und der Gemeinschaftsfähigkeit. Die Leibesübungen führen die jungen Menschen auf die Sportplätze, in die Natur, wo sie alle ein gemeinsames Interesse verbindet. In Jugendherbergen, in Ski- und Clubhäusern lernen sie sich gegenseitig kennen und achten. Seminardirektor Dr. Schohaus schreibt hiezu:

«Der Sport hat eine einigende Kraft, durch die er ganze Generationen erfassen kann. Eine ganz besondere Bedeutung für die Entwicklung der Gemeinschaftsfähigkeit kommt den Sportarten zu, bei denen die Einzelleistung gänzlich in der Gruppenleistung aufzugehen hat: dem Fussball, Handball, Basketball etc., im Turnen, Rudern und allen ähnlichen Betätigungen. Da können die Tugenden der Ein- und Unterordnung ebenso wie diejenigen einer selbstlosen und hingebungsvollen Führung aufs schönste geübt werden.

Die Leibesübungen bauen so tausend Brücken von Mensch zu Mensch. Wir haben in unserer zerrissenen Zeit alle Ursache, gerade diese Seite der Leibesübungen zu bejahen.»

Im Rahmen der Erziehung zur Gemeinschaft haben die Leibesübungen noch eine besondere Aufgabe zu erfüllen: die Erziehung zur Fairness. Dazu schreibt Direktor Arnold Kaech: «Fairplay ist ein Gebot höherer Ordnung als die bloss sportlich-technische Regel. Es ist da, damit der Sport, dieses ernsthaft gespielte Spiel, dieser spielerische Kampf, nicht die Schranken des Anstandes, der Wohlerzogenheit und sozialen Gesittung, dessen, was später «sportlich» genannt wurde, sprengt: Damit am Spiel der Körper auch die Seele

