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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 25 (1968)

Heft: 5

Artikel: Sport auch für sie

Autor: Meier, M.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995160

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: 12.07.2025

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

JUGEND UND SPORT

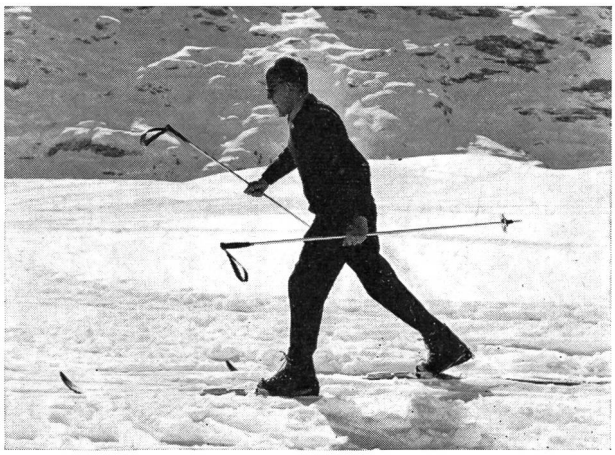
Fachzeitschrift
für Leibesübungen der Eidgenössischen Turn- und Sportschule Magglingen (Schweiz)

25. Jahrgang Mai 1968 Nummer 5

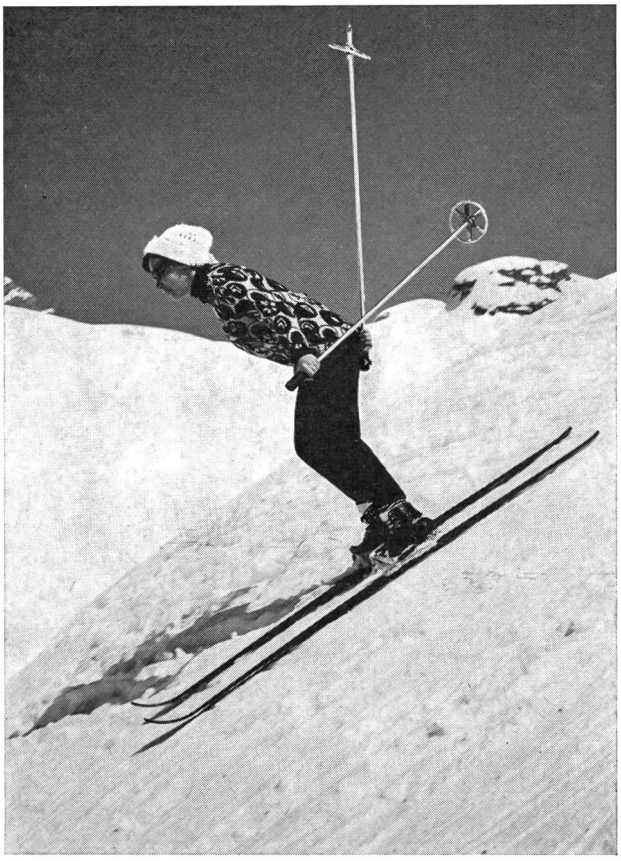
Sport auch für sie

Bis in unser Jahrhundert hinein führten die meisten Blinden mehr oder weniger ein Bettlerdasein mit allen psychischen und physischen Belastungen. Glücklicherweise hat sich dieses früher oft so entsetzliche Schicksal blinder Menschen stark gewandelt. Die gesellschaftliche und berufliche Eingliederung hat grosse Fortschritte gemacht. Die Bilder vom blinden Orgelmann und Hausierer, wie ich sie in meiner Schuljugend Tag für Tag noch sah, sind beinahe ganz verschwunden. Heute gibt es Heime und Schulen, in denen Blinde verschiedene Berufe erlernen können; ja auch die akademische Laufbahn steht ihnen heute offen. Trotz den enormen Fortschritten, die erzielt wurden, leiden viele Blinde immer noch unter dem mangelnden Verständnis der sehenden Mitmenschen. Entweder meidet man den Umgang und den Kontakt mit Blinden (Hemmungen) oder dann begegnet man ihnen mit übertriebenem Mitleid. Der Blinde ist vor allem ein Mensch wie jeder andere. Diese Tatsache wird zu oft zu seinem und seinem Nächsten Nachteil ausser acht gelassen. Wohl leidet der Blinde unter der Blindheit, mehr noch aber unter der stark eingeschränkten Bewegungs- und Handlungsfreiheit sowie Kontaktmöglichkeit. Hier kann der Sport wesentlich helfen und eine seiner schönsten Aufgaben erfüllen.

Wie gut der Sport diese Aufgabe erfüllen kann, bewies erneut der Blindenskikurs auf der Tannalp (Melchsee-Frutt). Was die Blinden in diesen 14 Tagen wiederum mit Willenskraft, Konzentration und gesundem Ehrgeiz zustande brachten, ist mehr als erstaunlich, ja für Laien scheint es beinahe unglaubwürdig. Oder können Sie sich vorstellen, wie ein Totalerblindeter hinter einem Skilehrer einen Steilhang mit exaktem seitlichem Abrutschen und mit Stemmkristianias sturzlos meistert, wie er in pfeilender Fahrt lange Schüsse durchsteht, über schmale Schneebrücken balanciert. Zugegeben, das können nur die Besten, aber es ist möglich. Ein weiterer Beweis, wie weit es Blinde bringen,



Gehen, Gleiten und Laufen bilden die Basis im Unterricht



Schussfahrten sind sehr beliebt

ist die Tatsache, dass auch in diesem Kurs wiederum vier Teilnehmer(innen) den Bronzetest des Interverbandes für Skilauf mit Erfolg ablegten. Zwei Teilnehmer, die den Test 3 schon vor drei Jahren machten, wagten sich gar an den Silbertest heran, der u. a. aus Laufen in der Ebene, einer Schussfahrt, aus Fahren über Wellen und Mulden, aus vier Kristianias, vier Stemmkristianias im Weichschnee und dem Abschwingen eines längeren Hanges besteht. Beide Kandidaten haben die Prüfung mit Erfolg bestanden. Während der ganzen Prüfung verzeichneten beide Kandidaten lediglich zwei Stürze. Wer schon bei dichtem Nebel eine Abfahrt bewältigen musste, kann andeutungsweise ermessen, was es heisst, ohne die Hilfe der Sehorgane zu fahren.

Vor einigen Jahren entsetzte sich ein Leser einer angesehenen Tageszeitung in einem Eingesandt darüber, dass Blinde skifahren und dass nun auch noch Sehbehinderte und Blinde die ohnehin schon gefährlichen Pisten befahren und erhöht unsicher machen.

Vorweg sei gesagt: Blinde suchen nicht den Skirummel auf den modernen Abfahrtsstrassen, sie suchen viel eher die Stille, dort, wo sie einen echten Kontakt mit

der Natur finden. Ein ideales Skigebiet für Blinde ist die Tannalp. Die Topographie des Geländes ist vielgestaltig, so dass mit allen Klassen ideal gearbeitet werden kann.
Die wichtigsten Ziele des Blindenskilaufes sind: Schulung des Gleichgewichtes und des Orientierungsvermögens, Verbesserung der den Blinden verbliebenen Sinne sowie der Organkraft.
Durch entsprechende Übungen — und dazu eignet sich der Skilauf ganz ausgezeichnet — können die Bereitschaft sowie die Leistungsfähigkeit der verbliebenen Sinne wesentlich gesteigert werden. Da die verbliebenen Sinne gewissermassen in Vertretung des fehlenden Gesichtssinnes fungieren, spricht man von Vikarierung. Durch Mobilisierung neuer Qualitäten und verstärkter «Empfangsstationen» kann der Ausfall des Gesichtssinnes teilweise kompensiert (vikarisiert) werden. Vor allem der Gehör- und der Tastsinn sowie das sogenannte Ferngefühl übernehmen Aufgaben, die sonst optisch zu lösen sind. Blinde empfinden und erleben deshalb eine Skitour, die Landschaft, die Naturelemente nicht minder, ja ich möchte sagen, sogar intensiver als wir meist abgestumpften Sehenden.

Orientierung nach der Uhr

Jeder Blinde lernt zunächst sich nach der Uhr zu orientieren. Seine Ski schauen stets im Uhrzeigersinn auf der Uhr in Richtung 12. Wenn er leicht nach links fahren soll, ruft man ihm «Richtung 11 Uhr!», soll er scharf nach rechts «Richtung 3 Uhr!».
Hinzu kommen noch rund zehn Kommandos, so z. B. «Vorlage — jetzt!» oder «Haaaalt!» (Anhalten auf einer Strecke von 5 bis 10 m). In den Theorien werden die verschiedenen Begriffe der Skiterminologie durchgenommen, damit jeder Blinde die einzelnen Begriffe der Skisprache kennt und sie in die Praxis umsetzen kann.

Verantwortung der Skilehrer

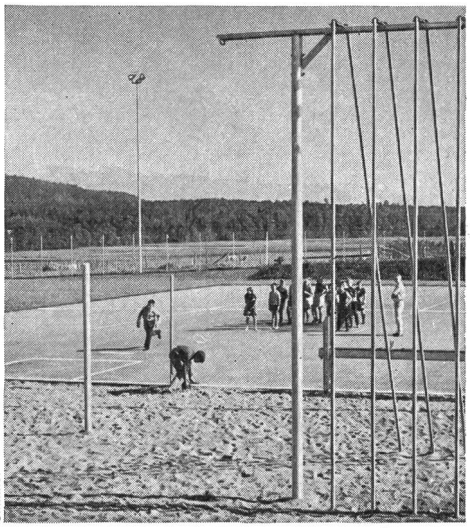
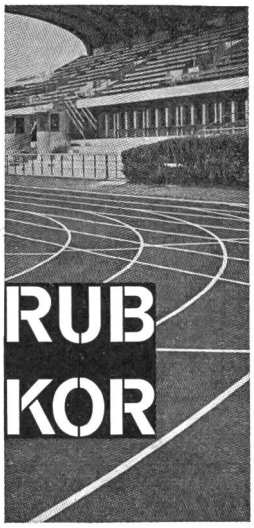
Die Skilehrer(innen) haben im Blindenskilauf eine grosse Verantwortung. Der Blinde muss im wahrsten Sinne des Wortes blindes Vertrauen zum Lehrer haben, sonst spielt die Zusammenarbeit nicht. Wenn der Lehrer ruft «Fahrt — frei!» dann weiss der Blinde, die Strecke ist frei, es gibt keine objektiven Gefahren. Nur auf dieser hundertprozentigen Vertrauensbasis ist es möglich, die Blinden für den Skilauf zu begeistern und sie technisch und konditionell so weit zu bringen, dass sie gefahrlos Wanderungen und Touren ausführen können. Was Willenskraft, Begeisterung und echte Freude zustande bringen, zeigten erneut die Resultate, welche

Kristianiaschlussphase eines Vollblinden

im letzten Kurs, der wiederum ohne Unfall durchgeführt werden konnte, erzielt wurden. Für Blinde ist das Skifahren ein ungeheures Abenteuer und ein grosses körperliches wie seelisches Erlebnis. All das Schöne in der winterlichen Bergwelt empfinden sie intensiver und reiner als die meisten Sehenden. Es ist daher sehr zu begrüssen, dass der Schweizerische Verband für Invalidensport zusammen mit der Eidg. Turn- und Sportschule in Magglingen den Blindenskilauf in der Schweiz ins Leben rief und ihn in dieser idealen Form ermöglicht.

Heinz Aemmer
Spezialisiertes Unternehmen
für Turnanlagen und Sportplatzbau
3250 Lyss Tel. 032 84 13 80

Turn- und Leichtathletikanlagen
Planung und Erstellung nach neuesten Erkenntnissen, rationell und preisgünstig.
Sportrasenflächen mit ausgesuchten Rasenmischungen. Bodenvorbereitung und Drainagen nach eigenem, bewährtem System.
RUB-KOR, der neue Begriff für Laufbahnen, Turn- und Pausenplätze. Ein **elastischer,** asphaltähnlicher, ausserordentlich widerstandsfähiger Spezialbelag. Zäh wie Asphalt, federnd wie ein Waldboden.
Preisgünstig! Verlangen Sie die Dokumentation mit Referenzliste über **RUB-KOR.**


Simmler