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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 25 (1968)

Heft: 10

Artikel: 3. Seminar "Freizeit und Sport"

Autor: Weiss, Wolfgang

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995211

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: 16.07.2025

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

3. Seminar «Freizeit und Sport»

Am 3. Seminar, das der Weltrat für Sport und Leibeserziehung in Holland durchführte, nahm Wolfgang Weiss als Vertreter der ETS teil. Seinem zusammenfassenden Bericht entnehmen wir:

Der Weltrat für Sport und Leibeserziehung führte während 4 Tagen im Juli sein 3. Seminar «Freizeit und Sport» durch. Tagungsort war Eindhoven, die Stadt der Philips-Werke. Das holländische Organisationskomitee hat ein ganz ausgezeichnet vorbereitetes Programm präsentiert. 30 Teilnehmer aus 9 Ländern nahmen an den Sitzungen und Exkursionen teil. Aus der Schweiz waren Herr Dr. Ledermann, Pro Juventute, Zürich, Herr Dr. Schneiter, Hochschulsportlehrer, Zürich, und der Schreibende vertreten. In Kurzreferaten wurden die Hauptthemen Fitnesstraining und Freizeitanlagen behandelt. Die Besichtigungen zeigten die ganz erstaunlichen Leistungen der Stadt Eindhoven und vieler niederländischer Organisationen auf dem Gebiete der Freizeitgestaltung. Die volkshygienisch so tiefgreifende Bedeutung der sportlichen Freizeitgestaltung ist in der Super-Industriestadt Eindhoven weitgehend erkannt worden. Die Grosszügigkeit mit der dort Übungsstättenbau geplant und betrieben wird durfte uns Schweizer im Glauben bestärken, dass gerade ein kleines Land in der Breitenentwicklung des Sportes Grossartiges leisten kann.

Der Inhalt der Tagung ist im folgenden in äusserster Kürze und entsprechender Unvollständigkeit festgehalten.

Referate

Die eingerückten Zeilen sind persönliche Gedanken zur vorangegangenen Zusammenfassung der Referate.

1. Freizeitsport ist anders

Herr Teply aus Prag erläutert, dass Inhalt und Methoden des Freizeit-Sportes anders sein müssen als der Sport in der Schule. Die Tatsache der individuellen Freiheit der Wahl jedes einzelnen ist noch zu wenig bewusst als entscheidender Faktor bei der Ausarbeitung von Freizeitprogrammen berücksichtigt worden.

Aktive Sporttätigkeit ist nur möglich, wenn die technischen Grundfähigkeiten beherrscht werden. Es ist darum für eine Weiterverbreitung des Sportes entscheidend,

— dass für Erwachsene eine Grundausbildung anziehend gestaltet werden kann.

— dass die Jugend in der Schulzeit die technischen Grundlagen späterer Freizeitsporttätigkeiten lernt und am Ende der Schulzeit mit den Freizeitsport-Einrichtungen bekannt gemacht wird.

2. Wie muss man Sport anbieten?

Herr Weitzdörfer spricht über seine Erfahrungen als Sportdirektor der Stadt Essen. Versuche mit Stadien zur offenen Tür waren Misserfolge. Auch als auf diesen Stadien Sportlehrer zur Verfügung standen entwickelte sich nicht der erhoffte Betrieb. Verhandlungen mit den Vereinen zur Durchführung von 2. Weg-Aktionen waren ergebnislos.

Erfolg brachte die Ausbildung von Übungsleitern (130 Stunden!) und das Angebot von Anfänger-Sport-Kursen. Diese Sportkurse sind immer ausverkauft. Es sind daraus neue Vereine entstanden. Die bestehenden Vereine haben Zuwachs erhalten.

Dies scheint mir die Grundidee zu bestätigen, dass für regelmässige Sportbetätigung eine Sportgruppe notwendig ist. Da jeder Verein die natürliche Tendenz hat zu einer geschlossenen Gruppe zu werden, ist für die Neuwerbung von Sporttreibenden entscheidend, dass Strukturen gefunden werden, die immer wieder neue Sportgruppen entstehen lassen. Der Sportkurs ist eine solche Möglichkeit.

3. Landesplanung für die Freizeit

Herr Petri ist der Leiter des niederländischen privaten Landesplanungs-Vereins (Koninklijke Nederlandse Heidemaat-Schappij in Arnhem). Diese Organisation hat ca. 2500 Angestellte (davon ca. 300 Akademiker) und arbeitet im Auftrag von Zentralregierung, Provinz, Gemeinden und Privaten. Sie hat aus eigener Initiative Pläne für Freizeitzonen des ganzen Landes bis zum Jahr 2000 ausgearbeitet und versucht stückweise die Verwirklichung von Tages- und Weekend-Freizeitzonen zu erreichen.

Um Spekulationen vorzubeugen wird oft das Land durch Enteignungsverfahren gewonnen.
Als Beispiel zeigt er wie aus Baggerlöchern eines Strassenbaues ein regionales Wassersportzentrum entsteht.

Die Grosszügigkeit mit der hier geplant und schrittweise auch verwirklicht wird, kann nur bewundert werden.

4. Spiel- und Sport-Organisation in den Niederlanden

Herr Storm (Niederlande) führt aus wie in gezielten lokalen Aktionen neue Kreise für Spiel und Sport gewonnen werden sollen. Es wird zum Beispiel versucht unter Leitung in einem Quartier Spieltätigkeiten «anzusiedeln» oder Sporttätigkeit in Ferienzentren anzuregen. Ziel ist immer angekurbelte Aktivitäten selbständig werden zu lassen, d. h. gruppeneigenen Leitern zu übergeben.

5. Trim-Aktion

Herr Vlot aus Haag (Niederlande) spricht über die eben in den Niederlanden anlaufende «Trim-Aktion». Das Wort «trimmen» kommt aus der Seemannssprache und bedeutet in diesem Zusammenhang ausgleichen; also Ausgleich zur Arbeit — ins Gleichgewicht bringen.

Es handelt sich um individuell wählbare Fitness-Tätigkeiten, die in einem «Trim-Buch» eingetragen werden und nach einer bestimmten Periode (3 Monate) zu einer Anerkennung (Abzeichen) berechtigen. Die Idee stammt aus Norwegen.

Es ist dies eine neue Variante der Sportabzeichen-Idee. Ähnliches wird in Grossbritannien für Jugend-

liche in etwas strengerer Form durch das Edinborough-award erreicht.

Die Trim-Aktion beginnt als lokale Aktion an Orten, die zur Initiative bereit sind. Aus den lokalen Erfahrungen soll später die nationale Aktion profitieren.

Es scheint mir dies ein sehr nachahmenswertes Vorgehen für solche Experimente zu sein.

6. **Sport in der Armee**

Herr Mollet von der CISM aus Brüssel richtet den dringenden Appell, dass die Chance der militärischen Ausbildungszeit viel intensiver für die Erziehung zu regelmässigem Sporttreiben ausgenützt werden sollte.

Der Sport beginnt mehr Raum in unserer militärischen Ausbildung einzunehmen. Nützen wir auch die Chance der Freizeit während der militärischen Ausbildung?

7. **Recreations-Sport-Lehrer**

Frau Diem orientiert über die einjährige Ausbildung von Sportlehrern mit besonderer Betätigung zur Freizeitpflege an der Sporthochschule Köln.

Die Ausbildung enthält vielseitigen Sport und musische Freizeitgestaltung. Der Modellkurs wird mit gutem Erfolg geführt und von geeigneten Leuten besucht. Leider wandern viele Absolventen in die Schulen ab, weil erst wenige Gemeinden, Vereine und andere Arbeitgeber zur Realisierung von Arbeitsplätzen bereit sind.

8. **Betriebssport**

Frau Koponen berichtet über sehr intensive Bestrebungen in Finnland den Konditions-Sport in den Betrieben zu etablieren.

9. **Sportferien im Kurort**

Herr Palm berichtet über den systematischen Ausbau von Inzell (Deutschland) zum Sportkurort. Es wird einstweilen geboten: Sportunterricht von Sportlehrern in verschiedenen Disziplinen, Wanderrouten, geführte Bergtouren, Spielanlagen (Minigolf, Badminton, usw.). Die Zukunft sieht vor, individuelle Sporttherapie unter ärztlicher Kontrolle einzurichten.

Die Idee besteht ja bei uns schon lange (Marcel Meier). Versuche sind durchgeführt worden (zum Beispiel Engelberg). An vielen Kurorten sind Einrichtungen vorhanden. Unsere Kurorte sollten die Chance nützen, jetzt noch «zu den Ersten» zu gehören. Wer wagt es, eine konsequente Lösung zu realisieren?

10. **Fitness wofür?**

Herr Postma aus Stellenbosch (Südafrika) erläutert die Problematik der Fitness-Test. Er erläutert mit eigenen Kontroll-Untersuchungen, dass oft gar nicht klar ist, welche Fähigkeit eigentlich getestet werden soll.

Er stellt die Forderung nach international festgelegter Differenzierung der Fitness-Ziele und einer entsprechenden Zuordnung der Tests.
Die Herren Simons und Willems aus Leuven (Belgien) berichten von einer umfangreichen Fitness-Untersuchung an Kindern, die in Belgien durchgeführt wird. Aus einer grossen Zahl von Messungen soll durch Faktorenanalyse gefunden werden, welches diejenigen mit hohem Aussagewert sind.

Das Resultat dieser Untersuchung dürfte für unsere Fitness-Test-Bestrebungen eine wesentliche Hilfe sein.

Eine internationale Koordination der Messmethoden und Begritte der Fitness ist dringendstes Gebot. Ein erschreckendes Mass an wissenschaftlicher Arbeit bleibt im Bereich vager Aussagewerte stecken, weil keine grösseren Vergleichsmöglichkeiten vorhanden sind.

11. **Testbahn**

Herr Palm zeigt Bilder der Selbstprüfungs-Testbahn des Deutschen Sportbundes: Laufband, Torwand, Gewichtheben, Wackelbalken, Klimmzug, Kletterturm, Basketwurf, Hochsprungbogen, Kriterien: Jeder soll im Alltagsgewand sofort verstehen, was er zu tun hat. Informationstafeln mit Bewertungsschemas stehen bei jeder Station.

Die Testbahn verlangt ziemlich umfangreiche Einrichtungen. Die Geräte können auch zum Üben verwendet werden. Es handelt sich um einen Test, der zur Aktivität anregen soll. Über Zuverlässigkeit von Ergebnissen und wissenschaftliche Aussagekraft der Übungen ist nichts gesagt worden.

12. **Schweisstropfenbahn**

Herr Kreiss ist verantwortlich für die 2. Weg-Bestrebungen in Nordrhein-Westfalen. Er berichtet über die Einrichtungen und Benützung einer Fitnesstrainings-Einrichtung.

Grundlage: Laufen auf einer Weichbahn. Daneben Stationen mit Geräten, die Aufforderungscharakter zum Üben haben: Gewichtzugsgerät, Holzpfosten zum Bockspringen, Reck usw.

Tafeln zeigen Benützungsmöglichkeiten und geben Wertungshinweise.

Freie Benützung durch ca. 300—600 Leute pro Tag. Ältere, unsportlich aussehende Leute kommen gerne am Morgen früh (06.00—08.00), um sich den Zuschauern zu entziehen. Auch Athleten benützen die Anlage zum Training.

Wichtig scheint der Aufforderungscharakter und die ästhetische, anziehende Gestaltung der Anlage.

Auch in der Schweiz gibt es solche kombinierte Laufbahnen, zum Beispiel der neue Vita-Parcours in Zürich. Fraglich ist bei letzterem, ob rein gymnastische Übungen in diesem Zusammenhang gut sind. Geräte haben mehr direkten Aufforderungscharakter ohne Anleitung.

13. **Fitness-Training zum Tonband**

Herr Palm berichtet über die Zusammenstellung eines Tonbandes aus Turniertänzen: klare Rhythmen, die bestimmten Bewegungscharakteren zugeordnet werden können. Es handelt sich um spezielle Arrangements der Stücke auf die erwünschten Zeitabschnitte.

Die Erholungspausen sind im Band eingebaut. Es wird eine entsprechende Übungssammlung geliefert. Preis: 25 DM.

Die Diskussion bringt das pädagogische Problem: unwürdige, d. h. charakterfremde Verwendung der Musik. Die Weiterentwicklung in diesem Gebiet sollte dazu führen, dass zu einem gegebenen Übungsprogramm entsprechende Musik komponiert wird.

Gegenargumente: bekannte Melodien bieten mehr Ansporn und verleiten vielleicht auch zum Üben ausserhalb der Unterrichtsstunde. Die Gymnastik zum Tonband kann von Amateurleitern durchgeführt werden, ist für ungeübte Leute geeignet und hat offenbar grosse Anziehungskraft.

14. **Alterssport**

Herr Schneiter aus Zürich zitiert an Beispielen die Beliebtheit von Ausdauerprüfungen, vor allem von Leistungsmärschen bei älteren Jahrgängen.

Herr Ulaga aus Jugoslawien führt aus, dass sich viele sogenannte Altersveränderungen, wie Gewichtszunahme, Muskelabnahme, Steifigkeit usw., nicht im allgemein als normal angenommenen Mass einstellen müssen. Diese Veränderungen werden durch das Fehlen von Leibesübungen stark beschleunigt, durch regelmässige und sinnvolle Bewegung aber sehr lange verzögert. Neben der rein physiologischen Wirkung ist die psychische Seite sportlicher Betätigung (Recreation) von grosser Bedeutung.

Leider kennen wir noch keine Normen der Leistungsfähigkeit in verschiedenen Lebensaltern.

Die volkshygienischen Konsequenzen dieser klaren Einsichten sind noch in keiner Weise gezogen worden.

Exkursionen

15. **Nationales Sportzentrum**

Der Niederländische Nationale Sportverband beginnt Ende dieses Jahres mit dem Aufbau der 1. Etappe seines Sportzentrums (20 Mio.). Wir haben auf dem Gelände das bereits bestehende Aussenlaboratorium (5000 m²) mit verschiedenen Versuchsfeldern von Rasenflächen und Hartbelägen besucht. Zur Anlage gehören eine ausgebaute Wetter-Registrierstation, ein chemisch-physikalisches Laboratorium — und zwei Agraringenieure.

Während der laufenden Woche fand in Zeltlagern einquartiert ein Laienkurs für Familiensport statt. Mit fortschreitendem Ausbau (300 Betten, Sporthallen, Schwimmhalle usw.) wird das Zentrum den Sportverbänden zur Verfügung gestellt.

16. **Baggerloch «Beekse Bergen»**

Im Loch des Sandaushubes für den Strassenbau ist ein Grundwassersee entstanden (1 km²). Das Gelände ist als grossangelegtes Erholungszentrum ausgebaut worden. Es besteht schon: Badestrand, Restaurant, Garderoben, Kinderspielplatz (20 Schaukelgeräte), Figur-8-Bahn, Zeltplatz (2000 Zelte) und ein Löwenpark mit 40 freilebenden Löwen und einer Autopiste darin.

Geplant sind: Ein Wasserspielplatz für Kinder mit Pfahlbauten (300 m lang), Dancing, Ruderkanal ... Das ganze Gelände ist 2 x 3 km gross und 10 Autominuten von der Stadt Thilburg (100 000) entfernt.

Die Löwen sind zu bedauern. Das übrige kann nur tiefste Bewunderung über die niederländische Grosszügigkeit hervorrufen!

17. **Die Sportanlagen der Philips-Werke**

Die Philips-Werke haben offenbar erkannt, dass die Freizeitgestaltung ein entscheidender Faktor der Personalpolitik ist. Mit entsprechender Grosszügigkeit bauen und betreiben sie Sporteinrichtungen auf ihrem Gelände und überall in der Stadt Eindhoven. Als Beispiel: Die grosse Sporthalle (60 x 40 m) wird von Montag bis Samstag von 08.00—24.00 Uhr für verschiedenste Sportarten benützt. Drei Sportlehrer und unzählige Übungsleiter betreuen die verschiedenen Gymnastik-Stunden und die Trainings der Sportvereine.

18. **Vergnügungspark**

De Efteling ist ein Kinder-Vergnügungspark. Mit grossem technischem Aufwand werden Märchenwunder vorgeführt: Bei Knopfdrücken schaut die Hexe aus dem Lebkuchenhaus ..., Pilze die Musik absondern ..., 40 Schaukeln und Rutschbahnen (ich musste Schlange stehen ...). Eine Kinoorgel mit Wasserspiel, Plantschbecken, Karpfenteich, Pedalo-Eisenbahn, Rössliriti (der Kongress ritt mit ...) 3 km², Tagesbesucherzahl: 30 000.

Zum grossen Teil gigantischer Kitsch und passives Konsumations-Vergnügen. Warum lässt man mechanische Feen und nicht die Kinder selber in den Burgen die Märchen spielen?

19. **4-Tage-Marsch in Njiemegen**

Diesjährige Teilnahme: 16 000 Damen, Herren, Junge, Alte, Zivile und Militär aus ca. 20 Nationen. Die Gruppen marschieren am 4. Tag zwischen 4 Uhr morgens und 18 Uhr abends in einer ununterbrochenen Folge durch das Spalier einer riesigen Menschenmenge dem Ziel entgegen. Jeder hat 4 x 30, 40 oder 50 Kilometer zurückgelegt.
Einige hinken, andere wandern singend dem Ziel entgegen. Alle haben Blumen in den Händen, die sie von den Zuschauern erhalten haben. Geschlossene Militärformationen wechseln mit Einzelgängern, Ehepaaren, Gruppen von Jugendlichen, Leuten mittleren und hohen Alters (z. T. über 70jährige), in Stadtanzug, Wandertenue oder Emmentalertracht mit Alphorn ... Die Schweiz stellte einen verhältnismässig sehr grossen Anteil der Teilnehmer.

Wie kommen 16 000 Leute dazu ...? ein verrücktes Phänomen!

20. **Das Evoluon**

Eine grossartige Schau des Menschen im Zeitalter der Technik. Die Philips-Werke haben in einem ultramodernen Gebäude eine äusserst eindrückliche und anschauliche Darstellung der vergangenen, jetzigen und zukünftigen technischen Entwicklung realisiert. Der Mensch im Spannungsfeld von Arbeit und Freizeit und seine gesamtmenschliche Gesunderhaltung als aktiver Teilhaber höchster technischer Entwicklung ist das Grundthema dieses «Museums der Zukunft».