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

Herausgeber: Eidgenössische Turn- und Sportschule Magglingen

Band: 37 (1980)

Heft: 6

Artikel: Aufgaben und Ziele des Sports in der Schule [Fortsetzung]

Autor: Grupe, Ommo

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-993883

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: 18.07.2025

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

Mihaly Csikszentmihalyi, Psychologie-Professor an der Universität Chicago, dass Menschen immer ein besonderes Erlebnis suchen, gleichgültig, ob ihre jeweiligen Aktivitäten als Sport, Spiel oder Arbeit bezeichnet werden. Dies ist eine Art Erfahrung des Fliessens und der Grund, dass sie an ihrer Tätigkeit, sei es nun Arbeit oder Spiel, Freude haben und das Gefühl gewinnen, dass ihr Leben wirklich lebenswert ist.

Manche machen solche Erfahrungen, wenn sie sich körperlich und sportlich betätigen, andere wiederum, wenn sie essen, wenn sie sich unterhalten, wenn sie sich ihren Träumen hingeben, wenn sie kreativ tätig werden oder sogar ganz einfach, wenn sie zuhören und zusehen. In allen Fällen haben jedoch die einzelnen Personen eine Kontrolle über das, was sie tun. Ihre Fähigkeiten werden nicht durch Unsicherheiten oder durch vor ihnen liegende Herausforderungen egalisiert; sie fühlen sich auch nicht gelangweilt und sie sind hochmotiviert. Dieses einmalige Erlebnis des Fliessens wird sich in den Situationen einstellen, wenn ihre gesamte Konzentration für ihren eigenen Erfolg erforderlich ist, so dass sie sich ihrer jeweiligen Tätigkeit voll bewusst sind, ihre Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Interessengebiet gerichtet ist, die keine Zeit für Selbstbewusstheit oder Gedanken an andere Dinge zulässt.

Dies kann zuweilen eintreten, wenn man eine Operation durchführt oder ein Buch schreibt. Bei vielen tritt dieses Erlebnis jedoch ein, wenn sie sich spielerisch betätigen oder zum Beispiel ein Bankett wirklich geniessen. In einer Welt, in der das Gefühl und die Erfahrung des einzelnen zum Wertmesser der meisten Dinge geworden sind, kommt es nicht überraschend, dass eine Spieltheorie entwickelt wurde, deren Hauptziel es ist, ein grösseres derartiges Erlebnis des Fliessens als die meisten anderen Aktivitäten zu vermitteln.

Vielleicht noch wichtiger als die Tatsache, dass jene, die mehr spielen, auch innovativer sind und man Kinder zu solcher Kreativität erziehen kann, ist die Erkenntnis, dass in jeder Gesellschaft Spiel auch eine Art von Einsicht ist. Diese Erkenntnis wurde zuletzt aus der Logik heraus geboren und vor einiger Zeit durch anthropologische Forschungsergebnisse bestätigt. Die Botschaft «Dies ist Spiel» ist die Art und Weise, in der wir über Dinge sprechen, die nach unserer Ansicht flexibel sein sollten.

In der klassischen «arbeitsethischen» Zeit mussten die meisten Menschen zu einer äusserst routinehaften Fabrikarbeit gezwungen werden. Es gab wenig oder überhaupt keinen Spielraum für Flexibilität, und es kam daher auch zu einer allgemeinen Wertminderung des Spielgedankens. Heute, wo der Nachfrage nach originellen und innovativen Denkern auf keiner Ebene in Regierung, Administration oder im Bereich der Wirtschaft entsprochen werden kann, zeigen wir uns dieser spielerischen Domäne aufgeschlossener und suchen nach neuen Möglichkeiten beziehungsweise neuen Alternativen.

Wenn sich Menschen bei Festivals und Spielen zu grösseren Gemeinschaften zusammenfinden, kann daraus eine Art von Gemeinschaftssinn entstehen, der dann auch auf einer dauerhafteren Grundlage institutionalisiert werden sollte. Dies ist zumindest unser Wunsch. Wenn verschiedene Gruppen miteinander feiern, wenn Eltern und Kinder miteinander spielen, dann bringen sie in ihr Leben jene Lebendigkeit, die zuvor als Spielerlebnis oder Erfahrung des Fliessens bezeichnet wurde. Sie haben dann in sich den Grundstock für ein Leben, das interessanter ist und verbindender in einem Zeitalter wirkt, in dem viele der traditionellen Bindungen offensichtlich nicht mehr so zahlreich bestehen oder nicht mehr so bedeutungsvoll sind.

DSB

Aufgaben und Ziele des Sports in der Schule[1]

Prof. Ommo Grupe, Tübingen

(Fortsetzung)

Wie kann man Möglichkeiten und Ziele des Sports in der Schule realistisch, also als auch unter Durchschnittsbedingungen realisierbar beschreiben. Dabei soll weniger von der Bildung von Einstellungen, Haltungen, Charakter- und Persönlichkeitszügen die Rede sein – so wünschenswert diese auch sind, sondern zunächst von Erlebnissen und Erfahrungen, die aus der Bewegung und aus der sportlichen Betätigung selbst gewonnen werden. Diese wiederum sind die Grundlage für die Entwicklung von Einsichten, Urteilen, Gewohnheiten und dann auch Einstellungen, ohne dass wir heute jedoch schon wüssten, wie diese wirklich zustande kommen und welche Bedingungen im einzelnen ihre Entstehung und Verfestigung bestimmen. Bevor deshalb von Aufgaben und Zielen gesprochen wird, sind zwei einschränkende Hinweise erforderlich:

Zum ersten ist es nicht sinnvoll und auch nicht richtig, im Hinblick auf das Verhältnis von Sport und seinen schulischen Erziehungsmöglichkeiten pauschal von *dem* Sport zu sprechen; man muss das differenzieren. Regelmässiges und langfristig über Jahre hinweg geplantes und durchgeführtes Training in leistungssportlich orientierten Neigungsgruppen, zum Beispiel beansprucht und prägt einen jungen Menschen sicherlich mehr und in einer anderen Weise als wenn er nur gelegentlich den Sportplatz oder das Freibad aufsucht, was nach seiner Auffassung natürlich auch Sport ist, oder wenn er nur widerwillig, wenn auch regelmässig, am Sportunterricht teilnimmt.

Eine ähnliche Differenzierung ist (zweitens) im Hinblick auf Erziehung erforderlich. Sie ist, so sehr sie in soziale Normen und kulturelle Werte verflochten ist, letztlich individuell und vom einzelnen zu verantworten. Das gesellschaftliche und kulturelle Sein des Menschen durchdringt sie zwar, gleichwohl ist sie etwas Individuell-Persönliches. Deshalb kann man Erziehung nicht reglementieren und für alle jungen Menschen in gleicher Weise bestimmen.

Was diese also aus den vielfältigen Möglichkeiten, die der Sport bereithält, für sich selbst fruchtbar oder sogar verbindlich machen, hängt aus diesem Grunde von vielen Bedingungen ab, nicht allein vom Sport. Eine Bedingung liefern Kinder und junge Menschen sozusagen selbst, nämlich in dem, was sie wirklich bereit sind, von solchen Möglichkeiten des Sports anzunehmen. Eine andere Bedingung stellen die Sportarten dar, wobei die Sportart, die ein Kind vielleicht anregt und beeindruckt, nicht auch einen Jugendlichen prägen muss und diejenige Sportdisziplin, die den einen formt, bei einem anderen unwirksam sein kann. Und oft sind es ganz andere Bedingungen, die den Sport bildungswirksam machen: etwa der Lehrer oder der Trainer, die Sport unterrichten und die als Vorbild wirken; oder die Sportgemeinschaft, in die man gern geht, in der man sich wohlfühlt und die einen anregt; dann sind es Freunde oder das Elternhaus, die ermutigen und Interessen unterstützen können; und nicht zuletzt – und ganz wichtig – ist es die Schule selbst, ist es das Beispiel ihrer Leiter und Direktoren, ist es ihr Klima, sind es ihre Einrichtungen, sind es die Sportgelegenheiten, die sie anbietet.

Wir müssen akzeptieren, dass Sport nicht für jeden dasselbe bedeutet, auch nicht bedeuten kann, und dass er nicht für alle in gleicher Weise wirksam ist, selbst dann nicht, wenn sie in gleichem Umfang und gleich intensiv an ihm beteiligt sind.

Anerkennen wir solche Beziehungen des Sports, dann lassen sich gleichwohl innerhalb dieser Grenzen einige wichtige – und, wie ich meine, realistische – Möglichkeiten des Sports

[1] Ausschnitte aus dem Referat an der Tagung der Leiter der Hochschulinstitute für Leibeserziehung in Magglingen vom 1. und 2. Oktober 1979.

nennen, die, wenn sie in der Schule nicht oder nur unzureichend und halbherzig wahrgenommen werden, eine Lücke hinterlassen würden. Solche eher allgemeinen Möglichkeiten des Sports lassen sich in drei Schwerpunkten zusammenfassen:

a) Kinder und junge Menschen brauchen Bewegung, die ihnen der Sport in der Schule vermittelt

In hochindustrialisierten und hochtechnisierten Ländern zeigt sich ein Prozess zunehmender Bewegungsverarmung und Bewegungsunterdrückung. Auf die Folgen solcher Entwicklung und auf die Notwendigkeit, ihr rechtzeitig zu begegnen, ist häufig genug hingewiesen worden; ich will das hier nicht wiederholen. Jedenfalls gehören Krankheiten durch Bewegungsmangel, Herz-, Gefäss- und Kreislauferkrankungen heute zu den verbreitetsten Krankheiten; und was die Einschränkung oder sogar Unterdrückung des Bewegungsbedürfnisses an Missbefinden und Fehlhaltungen auslöst, darüber mag man bislang erst Vermutungen anstellen.
Hätten und haben unsere Kinder und Jugendlichen jedenfalls nicht genügend Bewegung, dann treten Folgen ein, die wir nicht wünschen können und die nicht nur für Ärzte und Kinderärzte ein Problem darstellen dürfen: Kreislauf-, Haltungs- und Muskelschwächen, vielleicht auch Fettleibigkeit, dazu Missbefinden, Anfälligkeit, vegetative Störungen, Stoffwechselprobleme und manches mehr, von den langfristigen Folgen des Bewegungsmangels gar nicht zu reden.
Natürlich ist das Mass an Bewegung, das im Schulsport möglich ist, allein kaum imstande, wirklich und auf umfassende Weise präventiv zu wirken, und auch nicht jede Bewegung ist es. Wirksam ist letztendlich nur plan- und regelmässig und das heisst auch langfristig und trainingsmässig betriebene Bewegung; und sie ist dies dann auch erst, wenn sie mit einer disziplinierten Lebensführung zusammengeht wie zum Beispiel Kontrolle der Essgewohnheiten, Rauchverzicht und andere hygienische Massnahmen. Alles zusammen erst vermag so etwas wie Wohlbefinden zu vermitteln.
Ich sage dies, um zu zeigen, dass der Sport in der Schule nicht nur dem konsequenten Ausgleich einer bewegungsarmen und unphysiologischen Lebensweise, die die Schule Kindern und Jugendlichen oftmals auferlegt, dienen soll, sondern auch der Bewegungsverarmung und ihren Folgen in unserer Zeit entgegenwirkende Gewohnheiten aufzubauen hat. Dabei darf nicht übersehen werden, dass es für eine Halbtagsschule schwer ist, die unterrichtsorganisatorischen Voraussetzungen dafür zu schaffen, dass wirkliches Training möglich ist innerhalb des regulären Sportunterrichts, der ja auch noch eine Reihe anderer Aufgaben hat, geht das jedenfalls nur sehr begrenzt.

b) Kinder und junge Menschen brauchen bestimmte Grunderfahrungen, die ihnen in der Schule vor allem Bewegung und Sport vermitteln können

Junge Menschen benötigen zu ihrer Entwicklung primäre Erfahrungen, dies besonders in einer Welt, die Erfahrungen einschränkt und oft nur noch sekundäre Erfahrungen, Erfahrungen aus zweiter Hand also, gefiltert, ausgewählt und manchmal auch verfälscht, zulässt; sie benötigen solche Erfahrungen, wie sie Bewegung und Sport bieten und oft nur sie. Das sind keine abstrakten Erfahrungen, sondern unmittelbare, das heisst an die sportliche Betätigung selbst geknüpfte. «Authentische Erfahrungen» hat sie Reinhold Messner, einer der weltbesten Bergsteiger, genannt. Vier Erfahrungsebenen lassen sich dabei unterscheiden:
Einmal handelt es sich um unmittelbare *körperliche* Erfahrungen: Erfahrungen von Ermüdung und Anstrengung, aber auch der wohltuenden Entspannung nach ihnen, Erfahrungen der wechselnden Reaktionen unseres Körpers, seiner veränderlichen Belastbarkeit, seinen Empfindlichkeiten und Gesetzlichkeiten, aber auch der Grenzen unserer Leistungsfähigkeit und deren Abhängigkeit wiederum davon, wie wir mit uns und unserem Körper umgehen. Solche Erfahrungen sind nur über Eigenaktivität zugänglich, manche suchen sie indes durch passiven Genuss (bis hin zum Alkoholismus und Drogen, was doch auch ein Bedürfnis nach Eigenerfahrungen signalisiert).
Solche körperlichen Erfahrungen sind verbunden mit dem, was *materiale* Erfahrung genannt werden kann, nämlich der Erfahrung der Eigenschaften der Dinge, mit denen wir umgehen, wie sie beschaffen sind, was man mit ihnen machen kann, und die, wenn wir mit ihnen umgehen können, andere und neue Eigenschaften entfalten als die, die unsere merkwürdige Funktionalisierungs- und Normierungslust ihnen zufügt. Wer das Wasser meidet, weiss eben auch nichts vom Wechsel der Elemente; wer die Natur nicht erwandert, kennt sie eigentlich nicht. Dem Erwachsenen geht oft die Fähigkeit verloren, Gegenstände in ihren nicht-funktionalen Zusammenhängen zu verwenden.
Ein altes Flugzeug, so berichtete ein bekannter Landschaftsarchitekt, das auf einem Kinderspielplatz aufgestellt wurde, wurde von Erwachsenen nur – und auch verständlicherweise – als Flugzeug benützt; Kinder hingegen gebrauchten es in vielfältiger Weise: Sie benützten es als Versteck, Sprungbrett, Trampolin, Wohnung, Malfläche und Klettergrüst. Ihrem noch vorhandenen Bewegungsreichtum entspricht die grössere Fülle, die die Umwelt für sie bereithält. Dass es nicht verlorengeht, dafür sollte die Schule durch ein hinreichend variables Bewegungsangebot (und nicht zu frühzeitige Spezialisierung) sorgen.
Die dritte Erfahrungsebene bezieht sich auf *soziale* Erfahrungen. Sich auseinandersetzen siegen und auch besiegt werden, gemeinsam üben oder lange Strecken laufen, zusammen einen Berg besteigen, erfahren, wie Rollen wechseln und Personen sich verändern, wenn sie verlieren oder gewinnen, vermittelt etwas von sozialen Beziehungen, von sozialer Distanz und Nähe, von der Bedeutung von Regeln und Absprachen (und deren Einhaltung), von der verhängnisvollen Wirkung von Gewalt und Regellosigkeit, aber auch vom Wert einfacher, unbefangener und entspannter Gemeinschaft und verschafft Einblick in grundlegende soziale Zusammenhänge, die auf andere Weise nicht gewonnen werden können – schon gar nicht theoretisch.
Im Zusammenhang damit ist das Spiel – und damit ist nicht nur das Sportspiel gemeint – zu nennen in seinen besonderen – einerseits sozialisierenden, andererseits innovativen – Möglichkeiten.
Gewiss, das Spiel passt sich immer auch an die geltenden Normen und Werte einer Kultur an, die diese zu ihrem Bestand benötigt und die sich im Spiel widerspiegeln; aber es fördert auch Haltungen, die nicht oder noch nicht in einer Kultur vorkommen, kreatives Verhalten, die Umkehrung von Rollen, das Erproben von Verhaltensmustern ohne die Folgen, die ihre Anwendung im Ernstfall hätte, die Verarbeitung von Konflikten und Problemen, die ansonsten unverarbeitet blieben, den Erwerb neuartiger Antworten und ungewöhnlicher Erfahrungen; es vermittelt Spannung, Aufregung, ja sogar Erregung, Belebung – «vivification» nennt dies Sutton-Smith, einer der bekanntesten Spielforscher unserer Zeit. Das Spiel bildet grundlegende Gegensätze unseres Lebens ab und macht sie unlösbar: die Spannung zwischen Ordnung und Unordnung, zwischen Verfolgen und Fliehen, Annäherung und Abweisung, Erfolg und Misserfolg. Es nimmt Umkehrungen, Transformationen und Vertauschungen vor: Wer oben steht, kann herunterfallen; man besiegt den Vater im Tennis, dem man ansonsten zu gehorchen hat; als Kind ist man König, als König auf einmal wieder Kind; aus Chaos entwickelt sich Sinnvolles, aus Ordnung entsteht Unordnung. Dinge erweisen sich als veränderlich. Stabiles

ist nicht stabil, Regeln werden gemacht, und man hält sie doch so fest ein, als seien sie Gesetz. Verlieren und Gewinnen sind nicht ernst, auch wenn man sie oft sehr ernst nimmt; indem man verliert, überwindet man Verlust und Gewinn; wenn man gewinnt, muss man schon wieder mit Niederlagen rechnen. Beleben, Lebendigmachen, Erweiterung der Erfahrung und Vermehrung der Fülle des Lebens und der Verhaltensmöglichkeiten – das ist der besondere, auch pädagogische Sinn dieser Betätigung, die man Spiel nennt.

Schliesslich (und auch viertens) ist auf die Bedeutung der unmittelbaren *Selbsterfahrung* durch Sport hinzuweisen. Es sind dies Erfahrungen von Können und Versagen, von realistischer oder unrealistischer Selbsteinschätzung, von Mängeln und Grenzen, von den Möglichkeiten, Wirkungen und Folgen von Selbstaktivierung. Wer gelernt hat, sich etwas abzufordern, mehr als das, was notwendig ist, tut, zeigt sich seine Überlegenheit über Dinge und Umstände, schafft sich ein Mehr an Möglichkeiten und auch ein Mehr an individueller Freiheit. Pädagogisch wichtig sind der souveräne Umgang mit Dingen und Situationen und das Gefühl der Selbständigkeit, das der erfahren kann, der gelernt hat, gleichsam das Nicht-Notwendige zu tun, sich künstlich und freiwillig jene Schwierigkeiten schafft, an deren Bestehen er dann wachsen kann. Viele ältere Menschen (und auch Behinderte) können heute der Jugend zeigen, wie ein durch Sport gewonnenes Verhältnis zu ihrer Bewegung, die Ausnutzung verbliebener Bewegungsmöglichkeiten und das Erringen neuer zugleich ein verändertes Verhältnis zu der Welt, in der sie leben, bedeutet, also zu den individuellen und sozialen Situationen, die ihnen begegnen, zur Natur, die man anders erlebt (oder erst entdeckt), wenn man sie noch durchlaufen kann, und zu jener sozialen Umwelt, in der Alter immer noch für ein Elend gehalten wird, vor allem aber zu sich selbst, zu dem, was man kann und was einen zuversichtlich, selbstbewusst und auch autonom machen kann.

Junge Menschen brauchen diese (personale) Bedeutung der Bewegung im Sport; die Erfahrung, dass und wie man sich auch in und mit ihr verwirklichen kann, wie weit man das kann, was sie versagt, wie sie so etwas wie Erfolg und Identität erleben lassen kann und wie sie damit auch manche Einseitigkeiten und Zurücksetzungen schulischen Lebens ausgleichbar macht. Und sie brauchen sie auch, um einfach besser über sich selbst Bescheid zu wissen. Natürlich ist dies altersmässig unterschiedlich und hat seine Schwerpunkte im Ablauf von Kindheit und Jugend.

c) Junge Menschen brauchen auch Wissen über das gesellschaftliche Phänomen Sport

Sport ist zu einer wichtigen Sozialerscheinung in unserer Welt geworden, in der sich zurechtzufinden und die angemessen zu beurteilen nicht leicht fällt. Sport in der Schule, in Vereinen, im Rahmen kommerzieller Angebote, im Urlaub, als konsumierbarer Sport in verschiedenen Belastungs- und Anspruchsstufen, im Freibad, auf dem Trimmpfad, als Schauspiel in grossen Stadien oder direkt auch noch vom Spielfeldrand aus, im Fernsehen – wer kann das alles über die blosse Kenntnisnahme hinaus noch beurteilen.

Auch dies wäre ein kleines Stück Bildung: nämlich Wissen über das vermitteln, was erforderlich ist, um sich innerhalb dieser Sozialerscheinung Sport orientieren zu können, handlungsfähig – so heisst das ja heute – in ihr zu sein oder zu werden und zugleich Abstand zu ihr zu halten, der es erlaubt, manche ihrer Formen kritisch-distanziert zu beurteilen und vielleicht bessere Formen zu entwickeln.

Auch dies fängt ganz einfach an, etwa so: Welche Ski sollte ich mir kaufen und welche Schuhe! In welchen Verein soll ich eintreten, soll ich überhaupt in einen Verein eintreten? Wie oft und wie lange und wie intensiv muss ich in der Woche laufen, wenn ich besser werden will?

Das sind Fragen, die wohl der Beantwortung wert sind, keine freilich, die nun schon wieder gleich sportunterschiedliche Themen sein sollen. Um sie beantworten zu können, ist zwar Wissen erforderlich; aber das kann nicht heissen, aus dem praktischen Sport gleich eine theoretische Disziplin oder gar noch theoretische Lehrplaninhalte für Schüler zu machen. Der Sinn des Schulsports ist das Sporttreiben und das Lernen des Sporttreibens, nicht so sehr eine Theorie darüber.

Das alles sind keine grossartigen Ziele, gleichwohl sind sie wichtig und letztlich unverzichtbar für jede Erziehung. Für jemanden, der Bildung und – von mir aus moderner – Handlungsfähigkeit hoch ansetzt und sie nur in ihren intellektuellen und kognitiven Ausdrucksformen begreift, mag das alles zu wenig sein. Bildung jedoch, die aber nicht auf Erfahrungen beruht, aus ihnen ihre Grundlage, ihre Breite und Urteilskraft bezieht, sich nicht durch die Fülle verschiedener Erfahrungen ergänzt, bleibt blass und leer. Bildung, die nur an Lernen orientiert ist, sich nur auf Lernfächer konzentriert, ist unvollständig. Einsichten und Urteile entwickeln sich erst auf der Grundlage verarbeiteter Erfahrungen; und nirgends bilden sich dauerhafte Gewohnheiten und Einstellungen, wenn sie nicht auf Erfahrungen und auf praktische Tätigkeiten selbst begründet sind. Fortsetzung folgt

So sieht unsere Jugend den Sport[1]

Turnen und Sport
(Originalaufsatz)

Sonntag: Herr X sitzt seit dreizehn Uhr vor dem Fernseher. Jetzt beginnt die Sportschau. Auf dem Tischchen neben dem Liegestuhl hat er eine Schale mit Süssigkeiten stehen. Er regt sich auf: «Die haben überhaupt keine Kondition!» Und greift immer wieder nach den Esswaren. Und sein Güggelifriedhof vergrössert sich.

So etwa stelle ich mir den typischen Schweizer vor, der Sonntag für Sonntag so seine «Sportübungen vor dem Flimmerkasten» verbringt. Meistens sind es dann auch die selben, die plötzlich merken, dass sie zu fett sind, dann ihre Langlaufski aus dem Keller holen und ohne Training an den Start gehen. So ein Hirngespinst! Das sind dann die, die man als Notfall ins Spital einliefert. Ursache: Überanstrengung und Herzbeschwerden.

Das ganze Jahr ein bisschen Sport treiben wäre fünfzig Mal gescheiter als übereilig an einen Start gehen. Es gibt ja so viele Möglichkeiten, sich fit zu halten, wie Vita-Parcours, Turnen für jedermann, Waldläufe und vieles mehr.

Sport ist auf jeden Fall notwendig, sonst rostet man ein und kennt den Sport nur vom Fernsehen. Es kommt natürlich auch auf die Art des Berufes an. Einer, der den ganzen Tag im Büro verbringt, braucht den Sport als Ausgleich. Einer der im Freien arbeitet, braucht das weniger. Spitzensport erfordert seine Opfer. Es wird manchmal übertrieben. Zum Beispiel das Theater im Skizirkus! Erst letzten Winter konnte man in allen Zeitungen über luftundurchlässige Skianzüge, noch schnellere, bessere und sicherere Ski lesen.

In der DDR, UdSSR und Rumänien wird es entschieden übertrieben. Dort betreibt man den Spitzensport nicht zur Freude, sondern weil man dazu gezwungen wird. Ich selber treibe auch Sport, aber nicht übertrieben. Ich spiele Handball im Schulsport und im TV. Ich spiele sehr gerne Handball und möchte nach der Schulzeit natürlich im TV weiter spielen. Manchmal ist es schon rauh. Aber man kann seinen Gegner auch nicht mit Seidenhandschuhen anfassen. Alles mit Mass! Einen, der sich im Spielfeld wie ein Rowdy verhält, sollte man meiner Meinung nach sofort aus dem Spiel nehmen. Man treibt ja Sport und nicht Rugby. Denn Rugby ist für mich kein Sport mehr.

Brigitte

[1] Vergleiche Jugend und Sport Nr. 4 (1980)