

M 58

# Arbeiter-Turn- und -Sportsschule

## Merblätter für Übungskurse

A 80-10518

3, Fischestraße 36. — Nachdruck verboten.

Nr. 40

### Don welchem Alter an kann die Schuljugend ohne Schädigung der Gesundheit planmäßig Fußball spielen?

#### Gutachten des Sächsischen Landesgesundheitsamtes.

Der heranwachsende Knabe hat um so mehr das Bedürfnis, seine sich streckenden Glieder zu bewegen und seinen Körper zu tummeln, je mehr ihn die Schule mit ihrer Siharbeit in Anspruch nimmt. Daher treten, je älter er wird, die Bewegungsspiele im Freien, leider nicht selten in einem gewissen Gegensatz zu den schulmäßigen Leibesübungen, in den Vordergrund. Von allen solchen Spielen hat das Fußballspiel, und zwar vornehmlich aus psychologischen Gründen, die meiste Verbreitung gefunden. Das Fußballspiel ist ein in stetem Wechsel von stärkerer und stärkster körperlicher Bewegung mit Ruhepausen auszuübendes Laufspiel, das dazu je nach dem oft blitzschnellen Wechsel der Spiellage rasche geistige Umstellungen (Überlegung, Entschluß) erfordert. Vom gesundheitlichen Standpunkt aus beruht seine wesentliche Bedeutung darin, daß es nur im Freien gespielt werden kann und dann vor allen Dingen im Herbst und Winter, also gerade in einer Zeit, wo es, wie ein Gutachten des deutschen Reichsausschusses für Leibesübungen vom 2. November 1920 mit Recht hervorhebt,

ungünstigen Schul-, Arbeits- und Lebensverhältnissen (Stubenhockerei, Heizung, Lüftung) entgegenwirkt. Es ist wertvoll für Herz, Lunge, die Muskulatur von Bauch, Brust, Rücken und Beinen. Dadurch wirkt es ganz allgemein anregend auf den Stoffwechsel und bei Jugendlichen auf das Wachstum und die Entwicklung. Bedenklich für die Gesundheit kann es durch Übertreibung werden, die vor allen Dingen dann eintritt, wenn es nicht sachgemäß, d. h. den Spielregeln entsprechend gespielt wird. Außerdem muß das Spiel an heißen Tagen als schädigend angesehen werden.

Es ist ausgeschlossen, daß ein Verbot des Spieles für Schüler irgendeinen praktischen Erfolg mit sich bringt. Gerade das Verbot wird zur Übertreibung reizen. Mit dem geheimen, meist unvorschriftsmäßigem und ungezügelm Spiel entfällt der Schule jedwede Beeinflussung der spielenden Jugend, vor allem im hygienischen Sinne. Abgesehen von erzieherischen Schwierigkeiten (Roheit und Unbotmäßigkeit) können auf diese Weise auch ernstliche gesundheitliche Gefahren herbeigeführt werden, z. B. Überanstrengung mit Schädigung von Herz und Lunge, Körperverletzungen, Verführung zu Alkohol und Tabak usw.

Es ist deshalb nötig, daß die Schule in Anerkennung des gesundheitlichen Wertes eines geregelten Spieles von sich aus den Schülern ungefähr vom 12.—14. Lebensjahre ab Gelegenheit gibt, Fußball zu lernen, zu üben und zu spielen. Wie die Schulleibesübung überhaupt, so sollten auch die Bewegungsspiele nicht ohne vorherige ärztliche Feststellung der Gesundheitsverhältnisse begonnen werden.

Dabei ist zu beachten, daß das Fußballspiel dieser jüngeren Schüler in keiner Weise auf eine Stufe zu stellen ist mit dem eigentlichen Sportspiel der Fußballvereine. Die Schule hat vielmehr:

1. die Spielzeit festzusetzen. Zweimal  $\frac{3}{4}$  Stunde — die vorgeschriebene Spielzeit — ist für Jugendliche unter 16 Jahren zu lang. Eine Spielzeit von  $\frac{1}{4}$  bis höchstens  $\frac{1}{2}$  Stunde dürfte vollauf genügen.

2. Das Spielfeld muß entsprechend verkleinert werden. 105 mal 70 Meter ist zu groß.
3. Ist für die Schulsiele ein kleinerer, möglichst leichter Ball zu benutzen.
4. In den heißen Sommermonaten ist das Fußballspiel zu unterlassen. An seine Stelle haben leichte Ballspiele, z. B. Schlagball zu treten, die gleichzeitig den Vorteil haben, das Auge zu üben und die Gelenkigkeit der Arme und Hände zu fördern. Damit treten diese Spiele dem Fußballspiel ergänzend und ausgleichend zur Seite.
5. Das Schulspiel hat unter Aufsicht stattzufinden, damit offensichtliche Übertreibungen sofort unterdrückt werden können.

Im übrigen wird das Schulturnen mit seinen leichtathletischen und Geräteübungen, Schwimmen usw. einer etwaigen Einseitigkeit entgegenwirken.

Wo keine Schulspielplätze zur Verfügung stehen, sind die Plätze der Vereine zu benutzen. Voraussetzung dafür ist, daß die Vereine von sich aus Gewicht darauf legen, daß von ihnen nur völlig einwandfreier Sport betrieben wird, daß rohes Benehmen, Alkohol- und Nikotinmiß- und -verbrauch auf das strengste verpönt sind, daß endlich den Anordnungen des Spielleiters in diesem Sinne unnachlässig nachgekommen wird.

Wenn es auch theoretisch richtig sein mag, mit dem Beginn des Fußballspiels solange zu warten, bis der Körper völlig ausgereift ist, so ist praktisch damit über jede Leibesübung, z. B. das Geräteturnen im Schulalter, der Stab gebrochen. Auch für die Leibesübungen gilt derselbe Grundsatz, der für die geistige Erziehung von alters her als selbstverständlich betrachtet wird, daß die Beeinflussung des werdenden Menschen ergiebiger und dankbarer ist, als die des gewordenen. Erst im Üben wird die im Körper liegende Anlage entwickelt und damit der Körper kräftig.

Das Landesgesundheitsamt beantwortet deshalb die Frage:  
„Von welchem Alter an kann die Schuljugend ohne Schädigung  
der Gesundheit Fußball spielen?“ dahin, daß einer Ausübung des  
Spieles vom Alter von 12—14 Jahren an unter den im Gut-  
achten angeführten Bedingungen gesundheitliche Bedenken nicht  
im Wege stehen.

