

Lauten und Wandern, Gymnastik und Turnen, Schwimmen und Spiele im Gewände sportlichen Übens und Trainierens, in den erlebnisreichen Stunden volkstümlicher Wettbewerbe und sportlicher Wettkämpfe gehören zu den aktiven Formen einer gesunden kulturreichen Lebensweise. Sie sind für jedermann zugänglich und für jedermann nötig, niemand ist zu jung und niemand ist zu alt!

**Die Bürger und ihre gewählten Vertretungen in Staat und Gesellschaft sind die Schöpfer der sozialistischen Körperkultur des Volkes. Sie verwirklichen die sozialistische Verfassung auf dem Gebiete von Körperkultur, Sport und Touristik.**

**Den Nutzen haben die Kinder und Jugendlichen,** indem ihr körperliches und geistiges Wachstum, ihr Leistungsstreben, ihre Charakter- und Willensbildung, ihre gesamte sozialistische Bewußtseinsbildung gefördert werden.

**Den Nutzen haben die Frauen und Männer,** indem ihre Gesundheit gefestigt, ihre vielseitige, erlebnisreiche und frohe Freizeitgestaltung bereichert, ihre schöpferische Lebensphase erweitert und dem frühzeitigen Altern vorgebeugt wird.

**Den Nutzen haben schließlich alle Bürger,** indem ihre schöpferische Leistungsfähigkeit in der Schule, im Beruf und im gesellschaftlichen Leben gestärkt und ihre Disponibilität bei der Meisterrung der wissenschaftlich-technischen Revolution, insbesondere ihr vielseitiges Ausdauer-, Reaktions- und Konzentrationsvermögen, erhöht werden.

Die Erfüllung des Sportprogramms der Deutschen Demokratischen Republik „Bereit zur Arbeit und zur Verteidigung der Heimat“ dient der körperlichen und sportlichen Vervollkommnung der Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen und ist in den staatlichen Bildungseinrichtungen, im Freizeit- und Erholungssport der Werktätigen, im System der Landesverteidigung und in den Sportorganisationen in stärkerem Maße zu fördern.

Zur zielstrebigem Weiterentwicklung von Körperkultur und Sport, insbesondere des Kinder- und Jugendsports, des Freizeit- und Erholungssports der Werktätigen, des Übungs-, Trainings- und Wettkampfbetriebes in den Sportarten, sind bedeutende Aufgaben zu lösen:

- Unter der Bevölkerung ist die Erkenntnis zu vertiefen und überzeugend zu propagieren, daß die regelmäßige sportliche Betätigung von der Jugend bis ins hohe Alter zu den Lebensprinzipien des Menschen der Epoche des Sozialismus gehört.
- In Planung und Leitung ist die wirkungsvolle Zusammenarbeit der Organe der Staatsmacht und der gesellschaftlichen Organisationen bei Erhöhung ihrer Eigenverantwortung zu gewährleisten. Die Volksvertretungen und ihre Organe sichern insbesondere das koordinierte Zusammenwirken aller gesellschaftlichen und staatlichen Kräfte zur breiten Entfaltung der Initiative der Bürger.
- Bei Leitungsentscheidungen zu Prognosen, Perspektiv- und Jahresplänen und ihrer Realisierung sind die sozialen, kulturellen und biologischen Funktionen der Körperkultur einzubeziehen.
- Die materiell-technischen und organisatorischen Bedingungen für die regelmäßige sportliche Betätigung der Mehrheit der Bevölkerung sind in den Wohn- und Erholungsgebieten, im Deutschen Turn- und Sportbund, in der Gesellschaft für Sport und Technik, in den Sportgemeinschaften der Bildungseinrichtungen sowie in den Betrieben, Genossenschaften und Institutionen zu erweitern und zu modernisieren.

— In sozialistischer Gemeinschaftsarbeit ist wissenschaftlicher Vorlauf zu sichern, sind die Erkenntnisse der Wissenschaften, insbesondere der Sportwissenschaften, über die Gesetzmäßigkeiten der körperlichen und sportlichen Vervollkommnung praxiswirksam anzuwenden.

Im Sozialismus dient die Wissenschaft dem Menschen. Die sozialistische Gesellschaft nutzt zunehmend die Fülle des Wissens, das Leben der Menschen reicher und schöner zu gestalten, ihre körperliche Kondition bewußt zu erhalten und ihre Leistungsfähigkeit zu erhöhen.

Die Erkenntnisse der Wissenschaft in diesem Sinne in der persönlichen Lebensgestaltung beherzigen und anwenden, bedeutet:

- die vielfältigen Formen der Körperkultur, des Sports und der Touristik je nach Möglichkeit das ganze Jahr über so wirkungsvoll pflegen, daß eine gute allgemeine Kondition erreicht wird
- körperliche Bewegung und Übung als wirksame Medizin sich selbst verordnen, den Mißbrauch von Genußmitteln verhindern und sich gesund ernähren
- durch überlegte Zeiteinteilung den Lebensrhythmus so gestalten, daß ein für Gesundheit und Erhaltung der Leistungsfähigkeit richtiges Verhältnis zwischen Arbeit, aktiver Erholung und Schlaf erreicht, die Freizeit erweitert und durch Sport und Spiel, durch vielseitige geistig-kulturelle Betätigungen sinnvoll ausgefüllt wird
- die persönlichkeitsbildenden Werte der Körperkultur und des Sports nutzen und die persönlichen Interessen in Übereinstimmung mit den Interessen des Kollektivs und der ganzen Gesellschaft bringen.

Es vertieft sich die Überzeugung, daß eine nach wissenschaftlichen Prinzipien geordnete Lebensführung, die Körperkultur, Sport und Touristik als Quell der Gesundheit, des Wohlbefindens, der körperlichen und geistigen Spannkraft einschließt und zur Erweiterung der Lebenserwartung führt, unumgänglich ist.

### **1. Körperkultur, Sport und Touristik sind fester Bestandteil der Ausbildung und Erziehung der Schüler, Lehrlinge und Studenten zu sozialistischen Persönlichkeiten**

In der Deutschen Demokratischen Republik stimmt die Förderung der jungen Generation mit ihrem Streben überein, hohe Leistungen in der Schule und im Studium, in Lehre, Wehrdienst und Beruf, im gesellschaftlichen Leben und im Sport zu vollbringen. Sozialistisches Denken und Handeln, Bewährung und Leistung, Wissen und Verantwortung, jugendgemäße sinnvolle Freizeitgestaltung bei Kunst und Literatur, bei Sport und Spiel, bei Wandern und Touristik, bei guter Musik und fröhlichem Tanz werden zum Inhalt der sozialistischen Geisteshaltung unserer Jugend, sind Ausdruck der Bewegung des sozialistischen Arbeitens, Lernens und Lebens in unserer Republik.

Der Gefährdung der Jugend im spätkapitalistischen Westdeutschland, die dem verderblichen Einfluß imperialistischer Menschenverachtung, Unmoral und Dekadenz preisgegeben ist, steht in der Deutschen Demokratischen Republik das turmhoch überlegene sozialistische Menschenbild des jungen Kämpfers für die Sache der Arbeiterklasse und des Volkes, des Sozialismus und der Menschenwürde gegenüber.

### **Wertvolle Eigenschaften erwerben unsere jungen Bürger durch regelmäßigen Sport:**

— Der Sport orientiert die Jugend durch regelmäßiges Üben und Trainieren auf die Leistung; es bilden sich Gewohnheiten und Verhaltensnor-