

### **Læge Viggo Munck: "Idræt i Læreaarene", 1939**

*I anledning af 10 års jubilæum for Dansk Arbejder Idrætsforbund blev der i 1939 udgivet et jubilæumsskrift, hvor der blev gjort status over arbejderidrætten i Danmark. Forordet blev skrevet af Indenrigsminister Bertel Dahlgaard (1887-1972) fra det Radikale Venstre. I bladet var der også et indlæg skrevet af lægen Viggo Munck, der fokuserer på idrættens nødvendighed.*

*(Larsen, K. Seier: Dansk Arbejder Idrætsforbund 1929-1939. DAI København. 1939.)*

5 Lærlingelovgivning og praksis paa arbejdspladserne tager i stigende grad hensyn til de ydre hygiejniske kaar, som de unge arbejder under. Der gives regler for arbejdstiden, arbejdspladsernes indretning o.s.v. og hensigten hermed er at forebygge, at arbejdskaarene indvirker skadeligt paa de unges sundhedstilstand. Men der tales saa at sige ikke om, hvad der kan gøres for at forbedre denne; det er, som om samfundet mener at have gjort nok, naar man saavidt muligt sørger for, at sundhedstilstanden ikke nedbrydes. Sundhed er ikke blot det ikke at være syg, sundhed er først og fremmest fysisk og psykisk styrke, tilpasningsevne og arbejdsevne, sundhed er evnen til at arbejde og til at leve.

10 [...]

Man er maaske tilbøjelig til at se saadan paa det, at ungdommens interesse for idræt er meget rosværdig, for den afholder de unge fra ringere former af tidsfordriv. Men det er en al for beskeden vurdering af idrætten. Den er næst ernæringen den aller vigtigste betingelse for legemets udvikling. Ikke blot musklernes, ledenes og knoglernes udvikling, men ogsaa hjertets, aarernes og lungernes udvikling kan kun blive tilfredsstillende, naar alle disse organer gennem hele opvæksten tages stadigt og kraftigt i brug ved legemsøvelser. Dette er indlysende for enhver ved en smule eftertanke. Derimod gør maaske ikke alle sig klart, at ogsaa synets, hørelsens, og nervesystemets funktioner kun naar den ønskelige fuldkommenhed, naar idrætten tages i brug til deres opøvelse. Den brogede mangfoldighed af kemiske processer i legemet, der under et kaldes stofskiftet, bliver ikke ordentligt udformet og sammenspillet, dersom idrætten forsømmes. Hertil kommer saa alle de sjælelige virkninger af idrætslivet, der lader sig opnaa i lige saa høj grad, som man blot selv har sind til. Selvom man kun vilde bryde sig om de rent hygiejniske virkninger af idrætten, vilde der endda være grund til at give den en meget fremragende plads i ungdomslivet. I virkeligheden er det kortsynethed, naar ikke alle de instanser, der administrerer samfundets hygiejniske budgetter, afsætter betydelige procentdele af deres midler til idrættens fremme. En tysk sygekasse beregnede i 1928, at i Preussen kostede i offentlig understøttelse 64.000 personer aarlig 35 mill. RM (Reichsmark, tysk valuta) for helbredsmangler, medens 780.000 personer for 32.5 mill. RM aarlig kunde dække deres behov af rekreation og lettere lægehjælp. Denne sygekasse udtaler selv: "Det er lettere og billigere at beskytte 1000 mennesker mod sygdomme end at helbrede eet."

30 [...]

35 Det maatte kunne betale sig at undersøge, hvad der kan gøres for at forbedre sundhedsgraden hos ungdommen. Dersom sundhedstilstanden forringes gennem lærlingealderen, vil sygdomsudgifterne ligge højere, end dersom legemstilstanden bliver bedre aar for aar i denne alder. I Danmark andrager samfundsudgifterne til helbredelse af sygdomme formentlig mindst 100 mill. Kr. aarlig. Kunde man ved

40 sundhedsforbedrende foranstaltninger spare f. eks. 1 pct. Af dette beløb – 1 mill. Kr. –  
var det dog umagen værd at finde vejen dertil.  
[...]  
Foruden virkningerne paa legemsudviklingen maa man imidlertid ogsaa tænke paa, hvad  
legemsøvelser og friluftsliv betyder for velbefindende og arbejdsevne. Disse virkninger  
45 lader sig ikke udtrykke i tal, og endnu mindre i penge, som virkningen i  
sygdomsomkostninger. Men at de repræsenterer en menneskelig og samfundsmæssig  
værdi for alle aldersklasser, er uomtvisteligt.  
Ildrætslivet – det at dyrke idræt og leve sammen med idrætskammerater – betyder nu,  
foruden det legemlig-sjælelig sundhedsmæssige, desuden meget andet og mere for  
50 ungdommen. Det samler de unge, fylder dem med et friskt og sundt fond af interesser,  
og det baner vejen for de videregående interesser, som samfundet maa ønske, at de  
skal vokse op til at beskæftige sig med.  
[...]  
Ildrætten maa ikke betragtes som noget, der trækker ungdommen bort fra højere  
interesser, men den skal benyttes som et middel til at fremme alt det, et folk maa  
55 ønske at fremelske hos sin ungdom. Det maa derfor forbavse, at vore politikere ikke  
beskæftiger sig mere direkte med ungdommens idræt. Det hænger sikkert sammen  
med, at under kampen aartierne igennem for økonomiske og sociale haardt tiltrængte  
goder har de, der førte kampen, kendt mere til det haarde arbejde end til den  
60 forfriskende og fornøjelige rekreation. Ildrætten staar derfor maaske i nogen grad for  
dem som et gode, de gerne under ungdommen, men dog vist tillige som lidt af en  
luksus. Det er den ogsaa, sammenlignet med, hvad livet bød børnene og de unge, da  
arbejdsdagen var fra nat til nat, og børnene maatte sove i skolen, fordi der krævedes  
haardt erhvervsarbejde af dem før og efter skoletid. Men en ting er, hvad livet bød, da  
65 menneskerettigheder ikke anerkendtes, et andet, hvad vi nu helst vilde byde vore børn,  
naar vi blot evner det. Da ser vi ikke paa idræt som en luksus, men som en livsytring,  
hvor igennem børnene og de unge skal naa frem til at mestre livet.  
Den politik, der vil vinde ungdommen, maa give ungdommen idræt. I samme grad, som  
det da efterhaanden gaar op for den unge, hvad idrætten er værd for ham, vil han føle  
70 sig knyttet til og forpligtet overfor dem, der lagde idrætsbanerne aabne for ham. Idræt  
skal ikke være politisk. Men vaagen ungdom skal gennem idrætten føres videre frem, ad  
interessebaner som foran antydet.  
[...]  
Naar idrætsarbejdet føres konsekvent, skal det lære den unge, selv at tage sin sag i sin  
haand. Bagved det maal at naa et idrætsligt resultat ligger det at faa herredømme over  
75 sin krop, sine nerver, sit sind. I livet blandt arbejdskammerater og paa arbejdspladsen  
ønsker idrætsmanden at være idrætspræget i sin gerning og i sin færd. Idrættens maal  
er ikke naaet, før den præger manden og kvinden helt.  
Her vil mange maaske protestere, men i vor tid er der saa stor mulighed for at fortabe  
sig i idrætten som konkurrence og underholdning, at man kan glemme de højere maal.  
80 Dette maa ikke ske i en idræt, der er for folket, og som gør fordring paa alvorlig velvilje  
fra samfundets side. Men skal idrætten naa dette maal, da er det nødvendigt, at den  
faar større adgang til at øve sin gerning. Og her kommer vi til at stille nogle  
programpunkter op, som antagelig vil synes en og anden lovlig vidtrækkende. Men det  
er et krav, der vil blive opfyldt.  
85

Al kopiering, analogt og digitalt, af dette materiale eller dele deraf er tilladt i henhold til undervisningsinstitutionens aftale med Copydan Tekst & Node. Kopiering, der går ud over begrænsningsreglerne i aftalen med Copydan Tekst & Node, kan alene finde sted efter forudgående aftale med licensgiver.

Materialet er hentet fra fodboldbogen.org,  
som er supplement til *Fodboldbogen – spillet i historien* af Jakob Fihl-Jensen (ISBN: 978-87-999381-4-8)

1. I lærlingealderen, hvor samfundet stiller store krav til de unges arbejdsydelse, bør samfundet give dem adgang til at skaffe sig sundhed til at opfylde disse krav.
- 90 2. Derfor bør de unge have adgang til periodisk lægeundersøgelse, saa at begyndende sygdomme eller sundhedsmangler kan opdages saa tidligt som muligt for at afhjælpes.
3. De bør under deres uddannelse have undervisning i praktisk sundhedslære, direkte sigtende paa at give dem forstaaelse af og vejledning i personlig konstruktiv (sundhedsforbedrende) hygiejne.
- 95 4. Inden for uddannelsens rammer bør der gives adgang til den enkelte om vedkommendes personlige øvelsesbehov, eventuelt paa basis af lægens undersøgelse og raad.

Al kopiering, analogt og digitalt, af dette materiale eller dele deraf er tilladt i henhold til undervisningsinstitutionens aftale med Copydan Tekst & Node. Kopiering, der går ud over begrænsningsreglerne i aftalen med Copydan Tekst & Node, kan alene finde sted efter forudgående aftale med licensgiver.

Materialet er hentet fra [fodboldbogen.org](http://fodboldbogen.org),  
som er supplement til *Fodboldbogen – spillet i historien* af Jakob Fihl-Jensen (ISBN: 978-87-999381-4-8)