

Medienmitteilung Sportunterricht, 8.4.2022

# Traum Sportunterricht

**In der Schule lernt man fürs Leben. Dazu gehören nicht nur Lesen, Schreiben, Rechnen und Fremdsprachen, sondern auch – und ganz besonders – der Sport. In einer immer trägeren und dünnhäutigeren Gesellschaft braucht es den Sportunterricht mehr denn je, um die Freude an der Bewegung zu wecken, um mit Niederlagen umzugehen und dazulernen zu können. Der Schweizerische Verband für Sport in der Schule (SVSS) stellt mit einem breiten Angebot an Weiterbildungen für die Lehrpersonen eine hohe Sportunterricht-Qualität sicher und setzt sich für gute Rahmenbedingungen rund um die Bewegung und den Sport an den Schulen in der Schweiz ein.“**

Leichtathletik, Hindernis-Parcours, Ringturnen, Ballsportarten, Schwimmen – im Sportunterricht werden den Kindern und Jugendlichen die verschiedensten Bewegungsabläufe spielerisch nähergebracht. Der Sportunterricht fördert vor allem die körperliche Entwicklung und die Gesundheit der Schülerinnen und Schüler. Er weckt die Freude an der Bewegung und lädt zum Entdecken verschiedener Sportarten ein. Zudem ist die Schule die einzige Institution, die der gesamten Bevölkerung Zugang zum Schwimmunterricht bietet und damit Sicherheit für das tägliche Leben schafft. Dank den physikalischen Eigenschaften des Wassers wirkt sich Schwimmen bei übergewichtigen Schülerinnen und Schülern positiv auf die Körperwahrnehmung aus, was sich in einem stärkeren Selbstwertgefühl zeigt.

Doch nicht nur im physischen Bereich hat Sport langfristig relevante, positive Auswirkungen auf das ganze Leben, sondern auch psychisch. Die Corona-Pandemie hat es besonders eindrücklich gezeigt: von einem Tag auf den anderen konnten Kinder und Jugendliche keinen Sport mehr treiben, ihren Bewegungsdrang nicht mehr ausleben. Inzwischen ist klar, dass immer mehr Kinder und Jugendliche unter den psychischen Auswirkungen der Pandemie leiden – was auch durch einen Mangel an Bewegung verursacht oder verstärkt wurde.

Durch Sport erwerben Kinder weiter die Fähigkeit, mit Niederlagen umzugehen oder Krisen zu bewältigen. Roger Federer hätte nicht 20 Grand-Slam-Turniere gewonnen, wenn er sich durch jede Niederlage hätte entmutigen lassen. Marco Odermatt wäre nicht Olympiasieger und Gesamt-Weltcupsieger geworden, wenn er bei jedem Sturz das Handtuch geworfen hätte.

Nicht jeder und jede kann gleich sporttalentiert sein, aber Lesen und Schreiben können auch nicht alle gleich schnell. Lernen heisst: auch zu stürzen, um danach sofort wieder aufzustehen. Ob im Klassenzimmer oder in der Turnhalle. Beides ist, wie die Universität Genf bewiesen hat, eng miteinander verflochten. Forscher haben festgestellt, dass Schülerinnen und Schüler mit einer guten Herz- und Lungenfunktion in Mathe bessere Noten erreichten und auch in den Bereichen Grammatik sowie Rechtschreibung und Vokabular bessere Leistungen erzielten. Die körperliche Fitness korrelierte mit dem Arbeitsgedächtnis sowie der kognitiven Flexibilität (Marc Yangüez, Julien Chanal, 2021).

Die Studie betont einmal mehr, wie wichtig es ist, die körperliche Aktivität und insbesondere die Sportlektionen nicht zugunsten anderer Fächer zu verringern.

## **Sportunterricht nicht mehr wie in den 80ern -> neu: der Sportunterricht entwickelt sich laufend weiter**

Laut einer neuen Studie wird das Schulfach «Sport» von den Schülerinnen und Schülern sehr geschätzt (EUPEO, 2021). Der natürliche Bewegungsdrang von Kindern und Jugendlichen erhält hier ein Ventil. Hier können sie andere und sich selbst herausfordern. In Zeiten der Digitalisierung und elektronischen Medien gilt dies umso mehr. «So, wie sich der Medienkonsum in den letzten 30 Jahren gewandelt hat, so hat sich auch die Aus- und Weiterbildung der Sport-Lehrpersonen geändert», sagen Barbara Egger und Jonathan Badan, Co-Präsidenten des Schweizerischen Verbandes für Sport in der Schule (SVSS).

«Wir informieren uns über Trends und die neusten Erkenntnisse aus der Wissenschaft. Diese setzen wir dann um und bieten für Lehrpersonen zeitgemässe Weiterbildungen an, damit die Qualität im Sportunterricht immer maximal hochgehalten werden kann» - Das Klischee vom Sportlehrer mit Armee-Methoden könne man getrost in die Mottenkiste legen. «Wir wollen Rahmenbedingungen bieten, die es den Schülerinnen und Schülern ermöglichen, sich mit Bewegung und Sport während der Schulzeit möglichst optimal weiterentwickeln zu können. Deshalb sind dem SVSS nicht nur attraktive und zeitgemässe Weiterbildungen wichtig, sondern auch das regelmässige Einholen von Feedbacks der Schülerinnen und Schüler und der Lehrpersonen.»

---

### **Foto:**



Im Sportunterricht lernt man fürs Leben – dieser hat sich in den letzten Jahren enorm weiterentwickelt.

### **Medienkontakt**

Deutsch:

Barbara Egger, SVSS Co-Präsidentin a.I., 079 364 54 04, [barbara.egger@svss.ch](mailto:barbara.egger@svss.ch)

Französisch:

Jonathan Badan, SVSS- Co-Präsident a.I., 079 394 78 01, [jonathan.badan@svss.ch](mailto:jonathan.badan@svss.ch)