

Magglingen, 30. Oktober 2017

## Der Effekt von Bewegung, die Kraft der Emotionen

*Langsam, aber sicher ist der Schulkongress «Bewegung & Sport» ein Fixpunkt in der Schweizer Ausbildungslandschaft. Die Ausgabe 2017, vom 27. bis 29. Oktober in Magglingen, war bereits die vierte, 600 Lehrpersonen haben teilgenommen. Der Anlass hat aufgezeigt: Bewegung spielt im Lernprozess ebenso eine wichtige Rolle wie Emotionen.*

«Was für ein Bild», schwärmte Moderatorin Regula Späni bei der Begrüssung. 600 Lehrpersonen und Interessierte hatten sich in Magglingen zur offiziellen Eröffnung des vierten Schulkongresses «Bewegung & Sport» eingefunden. Der Saal in der Sport-Toto-Halle war fast vollständig gefüllt, erwartungsvoll sahen die Anwesenden dem Einstiegsreferat von Peter Wüthrich entgegen.

Zunächst begrüsst Kongressleiterin Barbara Egger die Teilnehmenden, gefolgt vom stellvertretenden Direktor des BASPO und Rektor der Eidgenössischen Hochschule für Sport (EHSM), **Walter Mengisen**. Mengisen thematisierte in seiner Ansprache die Herausforderungen der fortschreitenden Virtualisierung, die speziell den Sport betrifft. Für Sportlehrpersonen stelle sich nun die Frage, ob man sich auf Bewährtes konzentrieren, oder aber die Entwicklungen mitgehen und begleiten will. Obwohl es absurd daherkommt, dass E-Sports in absehbarer Zukunft olympisch werden könnte, müsse man die Trends mitgehen, die jungen Menschen ernst nehmen. Und für sie sei Präsenz auf sozialen Medien nun mal wichtig. Ausserdem ermuntert Mengisen zu politischer Aktivität – dafür brauche es gute Organisation. Dafür sei der SVSS ein gutes Fundament.

Dann war die Reihe an **Peter Wüthrich**, dem Hauptreferenten vom Samstagmorgen. Wüthrich ist Leiter Lehre EHSM, Dozent für Kommunikation, Mentaltrainer und ehemaliger Schwimmcoach. In seinem Referat überzeugte er primär als exzellenter Redner. Unter dem Titel «**einbeziehen statt erziehen**» zog Wüthrich das Publikum in seinen Bann. Er griff die Auseinandersetzung mit dem eigenen Ich auf, forderte die Anwesenden auf, sich Gedanken zu machen, was man am Gegenüber besonders möge. Die kritische Selbstreflexion führt weiter zum Welt- und Menschenbild. Wüthrich fragte: «Sind wir authentisch?» Anschliessend fokussierte der Referent konkreter auf den Lehrauftrag. Die ZARS-Kompetenzen – zuhören, aufmerksam sein, respektieren, suspendieren – haben an Bedeutung gewonnen. Schwierig sei vor allem Letzteres: Gedanken und Gefühle beobachten, ohne gleich handeln zu müssen. Ebenso stellt die gewaltfreie Kommunikation eine Herausforderung dar. Wüthrich sagt mit einem Augenzwinkern, gewaltfrei zu kommunizieren sei schwieriger als der Bau des Gotthardtunnels oder eines Flughafens in Berlin.

Er sei sehr wohl dafür, Leitplanken zu setzen. Dabei dürfe aber die Wertschätzung für das Gegenüber nie zu kurz kommen – «ein Lob kostet schliesslich nichts!» In mehreren Situationen hat Peter Wüthrich festgestellt, wie überrascht Menschen im Alltag, ob bekannt oder fremd, auf ein Kompliment reagieren. Positive Zusprüche kämen demnach definitiv zu kurz. Schliesslich hat der Sportunterricht gemäss Wüthrich einen grossen Vorteil. Über die Emotionen im Spiel kann die Lehrperson Begeisterung vermitteln; das müsse zugleich auch das Ziel sein. Und es gelingt, wenn Herzblut mit dabei ist.

Am Sportkongress dabei zu sein, bedeutet aber längst nicht nur, Referate zu hören. Von Freitag bis Sonntag waren 100 Module in den Bereichen «Bewegte Schule», «Sportunterricht» und «Eigene Gesundheit und Bewegung» im Angebot. So etwa ein Seminar zum Thema Inklusion. «Der Umgang mit behinderten Personen wird oftmals aufgebauscht. Ich habe gelernt, dass gesunder Menschenverstand grundsätzlich am meisten hilft», erzählte ein Teilnehmer. Auch Spiel und Spass dürfen im Rahmenprogramm keinesfalls fehlen. Abseits der Module hatten die KongressbesucherInnen weitere Möglichkeiten zur körperlichen Betätigung, beim Street Racket oder, zur zwischenzeitlichen Entspannung, im Mittagsyoga. Viele nutzten auch die Gelegenheit zu regem Austausch mit BerufskollegInnen. «Primär sind die Leute lustig, aber ich profitiere auch inhaltlich», sagte eine Teilnehmerin. Und richtete auch gleich ein Wort an Ferngebliebene: «Kommt doch das nächste Mal auch nach Magglingen!» Der Kongress bestand nicht nur aus Rezeption von Wissen. Durch die interaktive Gestaltung der Module konnte jede und jeder Einzelne individuell profitieren. Samuel Zingg, Geschäftsleitungsmitglied des Dachverbands Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH, schwärmte: «Wenn man nach Magglingen kommt, fühlt

man sich als DER spezielle Gast behandelt. Deswegen nehme ich immer wieder gerne am Sportkongress teil.»

Auch der Einstiegsreferent vom Sonntag vermochte die Teilnehmenden zu begeistern. **Prof. Dr. Willi Stadelmann** referierte über «**Lernen, Begabung und Intelligenz aus Sicht der Lernforschung: Bedeutung für Bewegungslernen in der Schule?**». Stadelmann ist kognitiver Neuropsychologe, Pädagoge, aber auch ehemaliger Spitzensportler. Der frühere NLA-Handballer präsentierte in seinem Vortrag relevante Erkenntnisse aus der Wissenschaft. So etwa der Zusammenhang zwischen den Entwicklungen von Körper und Geist; sie geschehen nicht getrennt, sondern miteinander verknüpft. Ebenfalls eindeutig belegt sind die positiven Auswirkungen von sportlicher Aktivität auf die geistige Leistungsfähigkeit.

Bewegung formt also die kognitiven Fähigkeiten von Kindern und Jugendlichen mit. In Lernprozessen ist das Umfeld – da gehört auch sportliche Aktivität dazu – von grosser Bedeutung. Lernen bzw. Training bedeutet Gehirnentwicklung. Ganz wesentlich dabei sind die ersten 24 Lebensmonate, da entstehen und verdichten sich die Hirnzellen, da wird das Fundament gelegt. Je dichter die Vernetzungsstruktur, desto eher kann darauf aufgebaut werden. «Frühförderung ist von zentraler Bedeutung», erläuterte Stadelmann. Das Erbgut alleine, mit dem der Mensch geboren wird, bestimmt sehr wenig. Stadelmann räumte auch gleich mit gängigen Klischees und Phrasen auf: «Es gibt weder ein Klaviergen, noch ein Fussballgen.» Vielmehr sind die genetischen Voraussetzungen Potenziale, die es auszuschöpfen gilt. Und das kann sich der Mensch erarbeiten, auch das Lernen muss man erlernen.

Wer die Fähigkeit besitzt, gut, schnell und nachhaltig zu lernen, ist begabt. Stadelmann betonte mehrmals, dass Begabung keine starre Eigenschaft sei. Roger Federer sei zu Jugendzeiten ein ähnlich guter Tennisspieler gewesen wie seine Mitstreiter. Nur habe er enorm schnell und effizient gelernt. Ähnlich verhält es sich mit der Intelligenz: Sie ist das messbare Produkt von Lernprozessen, und auch sie ist keine Konstante. «Kein Kind wird hochintelligent geboren», hielt Stadelmann fest. Durch Fleiss und Durchhaltevermögen seien ebenfalls hervorragende Denkleistungen möglich. So war kein Nobelpreisträger und keine Nobelpreisträgerin in der Schulzeit mit besonderen Leistungen aufgefallen.

Lernerfolg setzt Motivation voraus. Und dazu trägt auch Emotionalität, also etwa Begeisterung für ein bestimmtes Thema, bei. Deswegen findet Prof. Dr. Stadelmann die Emotionsförderung enorm wichtig. Der oder die Lernende muss «bewegt» (Motivation stammt von lat. movere = bewegen ab) werden. Diesbezüglich präsentierte Stadelmann einen einprägsamen Leitsatz: «Menschen lernen dann besonders gut und sind dann besonders motiviert, wenn die Hoffnung auf Erfolg grösser ist als die Furcht vor Misserfolg.» Anschliessend ans Referat von Prof. Dr. Willi Stadelmann ergriff wieder **Kongressleiterin Barbara Egger** das Wort. Sie dankte allen Beteiligten und appellierte nochmals an die Bewegungsförderung: «Wir können uns immer bewegen. Tägliche Bewegung muss unser Ziel sein.» Es sei inakzeptabel, dass in der Politik über lediglich drei Unterrichtslektionen pro Woche gestritten werde.

Die Kongressorganisation verzeichnete im Vergleich zum letzten Kongress vor zwei Jahren ein kleines Plus bei den Anmeldungen. Die 600 Teilnehmenden kamen aus 23 Schweizer Kantonen, ein Zehntel davon aus der Romandie, und waren teilweise bis zu drei Tagen in Magglingen anwesend.

\* \* \* \* \*

Begleitend zum Schulkongress präsentierten verschiedene Unternehmen ihre Angebote im «Partner Village». Die Teilnehmenden konnten von Stand zu Stand gehen und sich über die Produkte informieren. Mit dabei waren: Alder+Eisenhut, Ingold Verlag, Gesundheitsförderung Schweiz, Asics, Bundesamt für Sport BASPO, K-Sales, Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu, PluSport Behindertensport Schweiz, iSano Club, SVSS.

Der Schulkongress «Bewegung & Sport» wird unterstützt von: Bundesamt für Sport BASPO, Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH, Syndicat des Enseignants Romands SER, Alder+Eisenhut, Ingold Verlag, Gesundheitsförderung Schweiz, PluSport Behindertensport Schweiz, K-Sales, Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu, Swisslos Sportfonds Kanton Schaffhausen, die Kantone Baselland, Glarus und Graubünden, Schweizer Obstverband, SART, GlobalTranslations, Asics.

\* \* \* \* \*

### **SVSS steht für zeitgemässe Weiterbildung**

Mit dem attraktiven Kursangebot wird es der Lehrerschaft leicht gemacht, ihren individuellen Weiterbildungsansprüchen gerecht zu werden und ihnen wird anhand von vielen «Good Practice»-Beispielen eine echte Entlastung für die Unterrichtsgestaltung geboten. Auch ist es dem SVSS ein wichtiges Anliegen, eine zeitgemässe und besonders attraktive Form von Fortbildung zu schaffen, die aktuelle und auf Lehrpersonen zugeschnittene Inhalte bietet.

[www.schulkongress.ch](http://www.schulkongress.ch)

### **Weitere Auskünfte:**

Barbara Egger, Kongressleiterin SVSS  
barbara.egger@svss.ch  
Mobile: 079 364 54 04

Bilder & Logos können auf [www.schulkongress.ch](http://www.schulkongress.ch) in der Rubrik Medien heruntergeladen werden.



SCHULKONGRESS  
**BEWEGUNG & SPORT**