

Sport

an der (Berufs)-Schule

Bewegung und Lernen

Gedanken zur **täglichen** Bewegungslektion

Immer wieder taucht die Frage auf, wie sinnvoll Sport an der Berufsschule wirklich ist. Sicherlich gibt es Argumente, welche gegen einen Sportunterricht auf dieser Stufe sprechen.

Die in der Gesellschaft immer grösseren gesundheitlichen Probleme durch Bewegungsmangel und Übergewicht, verbunden mit den dadurch entstehenden finanziellen Belastungen für den Staat verdeutlichen die Wichtigkeit des Sportunterrichts.

Schon Pestalozzi, aber auch Fachleute aus unserer Zeit fordern deshalb schon längst die tägliche Bewegungsstunde. Dazu einige empirische Studien:

Vergleichsstudie von Shepard

(Versuchsgruppe erhielt eine zusätzliche Bewegungsstunde pro Woche, Kontrollgruppe erhielt 14% mehr Zeit zum Lernen; Shepard, 1997*)

⇒ Obwohl die Stundenzahl reduziert wurde, zeigten sich signifikant bessere oder zumindest gleich bleibende akademische Leistungen.

Langzeitstudie aus Frankreich

(Versuchsgruppe erhielt täglich verordnete körperliche Aktivität, dadurch 26% weniger Unterrichtszeit als die Kontrollgruppe; Fougere, 1966*)

- ⇒ keine Unterschiede in den akademischen Leistungen
- ⇒ Versuchsschüler im Vergleich ruhiger und konzentrierter

Shape Studie aus Australien

(Drei Gruppen von Kindern erhielten täglich unterschiedliche Dosen von Bewegungstraining; Dwyer et al., 1983*)

- ⇒ Trotz deutlicher Reduktion der Lernzeit bleiben die akademischen Leistungen stabil
- ⇒ Das Verhalten im Klassenzimmer verbesserte sich signifikant
- ⇒ Zwei Jahre später wurde nachgewiesen, dass die ehemaligen Teilnehmer der Studie immer noch Vorteile in Lese- und Arithmetik-Leistungen gegenüber der Kontrollgruppe aufwiesen.
- ⇒ Auch ihr Verhalten im Klassenzimmer war nach wie vor besser.

California Department of Education (www.actionbasedlearning.com)

- ⇒ Zusammenhänge von körperlicher Aktivität und schulischen Leistungen
- ⇒ Deutliche Zusammenhänge zwischen Fitnesszustand und erreichten Leistungen in Lesen und Mathematik

Studie aus Kanada

(Untersuchung der Beziehung zwischen Aktivitätsniveau, Body-Mass-Index, Selbstachtung, sowie Leistungen im Lesen und Mathematik bei 6900 Primarschülern; Tremblay, Inman und Willms, 2000*)

- ⇒ Signifikanter Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und Selbstachtung
- ⇒ Lehrpersonen schätzen die Schüler mit zusätzlichen Bewegungsaktivitäten in ihrem Verhalten und ihrer Motivation positiver ein.

Mit sportlich-freundlichen Grüßen

Martin Schmidlin
Abteilungsleiter Sport BBZL-Bahnhof

* Genaue Quellenangaben liegen der Abteilung Sport vor