

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport

Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule

Band: 7 (2005)

Heft: 4

Artikel: "Bildung braucht Bewegung!"

Autor: Hunziker, Andreas / Sakobielski, Janina

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992254>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

mobile: «Rhythm is it!» – ein Film, der seit Anfang April in den Schweizer Kinos zu sehen ist und viele Pädagoginnen und Pädagogen in seinen Bann gezogen hat. Was macht diesen Film in Bezug auf die Erziehung so faszinierend? Andres Hunziker: Die Handlung im Film ist so simpel wie eindrücklich: Der 63-jährige Choreograf und Tanzpädagoge Royston Maldoom studiert mit rund 250 Jugendlichen im Rahmen eines Education-Projekts eine Aufführung zu den Klängen von Strawinskys «Sacre du Printemps» ein. Die Faszination des Films ist nicht eigentlich auf die gekonnten Tanzschritte und -sprünge zurückzuführen, sondern vielmehr auf die «Magie des Lernens»; darauf, dass uns so deutlich vor Augen geführt wird, was es braucht, um Bildung effizient zu gestalten: Hingabe, Konzentration, Disziplin.

Fehlt in den Schweizer Schulen die Magie des Lernens? Ich behaupte, dass die Kinder und Jugendlichen in unseren Schulen nicht richtig gefordert sind. Die Lehrpersonen müssen neben den *Inhalten* unbedingt auch den *Sinn* des Lernens vermitteln. Warum soll dieses oder jenes gelernt werden? Was braucht es, damit unser gemeinsamer Aufwand von Erfolg gekrönt wird? Wer diese Fragen für sich und vor allem auch für die Schülerinnen und Schüler beantworten kann, hat schon ein grosses Stück in Richtung einer umfassenden Bildung – nicht nur im Sinne einer Wissensvermittlung – geschafft.

Wie steht es denn um die Bildung in der Schweiz? Wie namhafte Studien belegen, sind immer weniger Erwachsene in der Lage, Texte wie beispielsweise einfache Gebrauchsanweisungen für technische Geräte zu lesen und zu verstehen. Obwohl die Schweiz jährlich 25 Milliarden Franken (Stand: 2002) in die Bildung investiert, verringert sich die Leistungsfähigkeit der Schweizer Bevölkerung in den Grundkompetenzen wie Lesen oder Schreiben. Das Katastrophe daran ist, dass sich die Anforderungen in den nächsten Jahrzehnten massiv erhöhen werden. Die heutige Jugend wird mit ihrem Bildungsrucksack von gestern im internationalen Vergleich morgen höchstens Mittelmass sein, wenn wir nicht schleunigst handeln und den Wirkungsgrad der Bildung in der Schweiz erhöhen.

Wie kann der Wirkungsgrad der Bildung erhöht werden? Viel Erfolg verspricht beispielsweise die Bewegung! Längst ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass sie ein sehr kostengünstig zu implementierender Faktor ist, der auf breitestem Ebene Erfolge geradezu provoziert. So weiss man beispielsweise, dass kognitive Lernprozesse effizienter gestaltet werden können, wenn sie unter Einbezug von Bewegung verlaufen. Ebenso ist längst nachgewiesen, welch wertvolle Impulse für die Entwicklung der Persönlichkeit in bewegungskulturellen Projekten gesetzt werden können.

Ich zitiere in diesem Zusammenhang den deutschen Kardiologen, Internisten und Biochemiker Prof. Dr. Hollmann, der die Bewegung als «das Medikament des Jahrhunderts» preist. Und gleichzeitig frage ich mich immer erstaunter, weshalb noch nie jemand hörbar gemurrt hat, der Bildungssteuerfranken sei ohne Bewegung nicht optimal verwertet ...

Das Projekt «Bildung braucht Bewegung!», initiiert vom SVSS, hat sich zum Ziel gesetzt, genau diese Erkenntnisse praxiswirksam werden zu lassen. Wie soll die Bewegung Einlass in die Institution «Schule» finden? Eine Bewegungskultur leben bedeutet nicht unbedingt, die Anzahl der Sportlektionen zu erhöhen, sondern die Bewegung in der Schule als Ganzes zu leben. Erstens muss der kognitive Unterricht konsequent mit Bewegungselementen angereichert werden. Die Schülerinnen und Schüler lesen beispielsweise einen Text im Stehen oder Gehen.



Andres Hunziker,
Leiter des neuen SVSS-
Education-Projekts

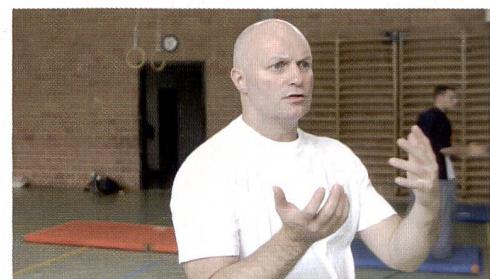
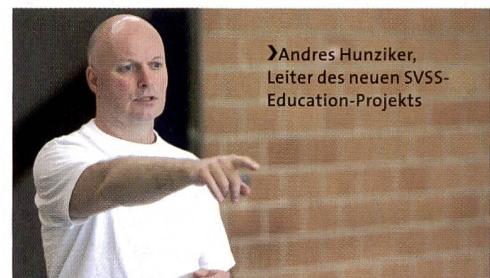


Foto: Daniel Käsermann

«Bildung

KickOff in Basel

Am 11. und 12. November wird im Theater Basel der markante Start der SVSS-Edu-Initiative «Bildung braucht Bewegung!» über die Bühne gehen. Im Zentrum der Veranstaltung steht Royston Maldoom – der Protagonist aus «Rhythm is it!». Man kann ihn bei einer Demonstrationslektion mit Jugendlichen beobachten, kommt aber auch in den Genuss, in einer Praxis-Sequenz persönlich mit ihm arbeiten zu können – mit Sicherheit ein fesselndes Erlebnis. Zudem stehen weitere faszinierende und animierende Angebote wie zum Beispiel ein Referat des Motivationsspezialisten, Dr. Gerhard Huhn aus Deutschland oder eine bildungspolitische Podiumsdiskussion auf dem Programm.

Wer mehr über die KickOff-Veranstaltung oder das gesamte Projekt «Bildung braucht Bewegung!» erfahren möchte, findet Informationen unter: www.bildungbrauchtbewegung.ch

Kontakt: Andres Hunziker
andres.hunziker@svss.ch

Zweitens sollen Projekte im Bereich Bewegung und Kultur als wertvolle Lehr-/Lernfelder vermehrt beobachtet werden. Eine im Übrigen auch hervorragende Gelegenheit, die Schule aus ihrer Isolation zu lösen und vermehrt den Kontakt mit ausserschulischen Welten wie beispielsweise jener der Kultur aufzunehmen.

Drittens ist zu fordern, dass die Kultur der «Bewegten Schule», die Bewegung als einen ihrer Grundpfeiler achtet, einen Kontrapunkt zum stundenlangen, sitzlastigen Frontalunterricht setzt. Diese Form des Unterrichts trägt nämlich wesentlich zur Gesundheitsgefährdung der Schweizer Bevölkerung bei: Junge Menschen leiden zunehmend unter Rückenproblemen, werden dadurch leistungsschwächer und fallen in immer früherem Alter unserem beinahe kollabierenden Gesundheitssystem zur Last. Die Schule darf kein gesundheitlicher Risikofaktor in Bezug auf die Gesundheit sein!

Wie sieht das konkret im Alltag des Unterrichts aus? Es gibt unzählige, einfache Massnahmen, die mit geringem Aufwand sofort umsetzbar sind. Das beginnt mit kleinen Umstellungen bei der Unterrichtsorganisation: Beispielsweise holen die Schülerinnen und Schüler die Unterrichtsunterlagen, die sonst die Lehrperson verteilt, selbst ab. Oder etwas aufwändiger: Durch ein Angebot

von verschiedenen Sitzgelegenheiten oder Stehpulten wird der Risikofaktor «Sitzen» für die Jugendlichen stark gemindert. Warum aber nicht erst einmal konsequent nach einer Viertelstunde eine zielgerichtete Bewegungspause einschalten? Bewegung sollte möglichst bald ein Kriterium für guten Unterricht werden, und eine gute Schule weiss, dass sie mit gelebter Bewegungskultur einen unschätzbar wertvollen Beitrag zum «Empowerment» junger Menschen leistet.

Welche Rolle spielt der SVSS in diesem Prozess? Der SVSS verfügt über ein hervorragendes Netzwerk, etablierte Strukturen und das notwendige Know-how. Der Verband kann die Beratung und das Coaching für diesen wichtigen und notwendigen Prozess übernehmen. Zudem beteiligt er sich ja bereits mit seinem Qualitätsentwicklungsprojekt qims.ch an der Verbesserung des Bewegungs- und Sportunterrichts. Er ist aber auf Unterstützung aus Politik, Wirtschaft, Kultur und natürlich der Schule selbst angewiesen. Allerdings habe ich bemerkt, dass in allen diesen Bereichen die Türen weit offen stehen und breite Gesellschaftsschichten für ein Umdenken bereit sind. Darum sollten wir nicht lange reden, sondern so schnell wie möglich handeln.

m

SVSS-Education-Projekt

braucht Bewegung!»

Werden in der Schweiz die Ressourcen in Bezug auf Bildung optimal genutzt? Nein, meint Andres Hunziker, der Verantwortliche der SVSS-Weiterbildung. Woran krankt das Schweizer Bildungswesen? *Janina Sakobielski*



BERGBAHNEN
GRAUBÜNDEN

Schule im Schnee



Angebote der Bergbahnen
in Graubünden für die
Schulen. Winter 2005/2006
mit 2 neuen Destinationen.

Mit sehr günstigen Preisen
und praxisnahem Schul-
und Sportunterricht in den
Wintersport einsteigen.

All-inclusive Angebote,
welche «Schule» mit dem
Erlebnis Schnee verbinden.

Bergbahnen Graubünden
Postfach 63, CH-7031 Laax
Telefon +41 (0)81 936 61 81
Fax +41 (0)81 936 61 82
info@bergbahnen-graubuenden.ch
www.bergbahnen-graubuenden.ch

Wettbewerb

Wieviele neue Winterdestinationen sind in den Angeboten «Schule im Schnee» der Bergbahnen Graubünden im Winter 2005/2006 dazugekommen?

Bitte richtige Antwort ankreuzen:

- eine zwei sechs

Unter den richtig Antwortenden und Bestellern einer Broschüre «Schule im Schnee» werden drei Schulklassen ausgelost. Diese erhalten für die ganze Schulklasse je einen speziellen Winter-Schnuppertag mit allem «Drum und Dran».

Teilnehmer können nur erwachsene Vertreter einer Schule sein. Es ist nur eine Wettbewerbsteilnahme möglich. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt.

Vorname _____ Jahrgang _____

Name _____

Schule _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Einsenden bis Ende August 2005 an: Bergbahnen Graubünden,
Geschäftsstelle, Postfach 63, CH-7031 Laax

Bitte abtrennen und heute noch zurückschicken.

graubünden