

Sport als Promotionsfach

Es klingelt zur ersten Lektion der Woche am Montagmorgen, und meine Klasse befindet sich in der Sporthalle. Ein ziemlich lockerer Einstieg in die Woche, finde ich, denn ich liebe es, mich zu bewegen und Dampf abzulassen. Heute steht ein 40-Minuten-Lauf an, bei dem wir möglichst viele Runden in der vorgegebenen Zeit laufen sollen. Vor dem Start diskutieren einzelne Klassenkollegen, und ich höre jemanden sagen: »Ah, isch doch egal, was ich für en Note han. Isch ja nur Sport, zellt ja eh ned zum Zügnis. Ich chills mal.«



Sebastian Schnyder, 16, Hünenberg See

U 20

Hier liegt das Problem. Viele Jugendliche sind unmotiviert im Sport oder besuchen den Unterricht gar nicht erst. Dieses Verhalten ist aber ungesund, denn Bewegung ist für Jugendliche von grosser Bedeutung. Die drei Lektionen Sport, welche wir pro Woche in der Schule haben, lenken uns von dem angespannten Denken ab, lockern unseren Körper und halten uns in Form. Die Sportlehrer versuchen alles, um die Jugendlichen zum Sporttreiben zu motivieren. Sie gestalten die Stunden abwechslungsreich, organisieren spezielle Sporttage und stellen ein Programm zusammen, das auch bei Verletzungen absolviert werden kann. Wenn Jugendliche das Interesse am Sport während der Schulzeit verlieren, dann haben sie meistens auch nach dem Abschluss keinen Bezug mehr dazu. Zu welchen gesundheitlichen Problemen Bewegungsmangel führt, ist allgemein bekannt. Um die Sportlehrer bei ihren Bemühungen zu unterstützen, das Interesse der Jugendlichen am Sport aufrechtzuerhalten, ist es meiner Meinung nach unerlässlich, dass der Sportunterricht zu einem Promotionsfach gemacht wird. Wenn Sport ein Promotionsfach wäre, würden sich die Jugendlichen aktiver am Unterricht beteiligen. Es würde nicht mehr heissen: «Zellt ja eh ned», sondern: «Ich muss guet si, demit ich am Schluss vom Jahr en gueti Note han. Die cha mer villicht bim Kompensiere hälfe.»

Mittlerweile haben wir den 40-Minuten-Lauf absolviert und sind ausser Atem. Aber der Gedanke, dass ich den Stoffwechsel meines Körpers angekurbelt habe und die Müdigkeit verschwunden ist, freut mich.