

Mit Sport Sprachen besser speichern

Jon Shave unterrichtet Englisch mithilfe von Bewegung. Was Sport mit Sprache zu tun hat und wie Joggen beim Vokabel-Pauken helfen kann.

Von Julia Tappeiner

Ohrenstöpsel rein, Laufschuhe an, und ab geht das Sprachprogramm. Beim Joggen Vokabeln zu lernen, funktioniert erstaunlich gut. Viel besser als beim Sitzen am Schreibtisch, wo Social Media, das Süßigkeiten Fach und sogar der Staubsauger plötzlich interessanter werden als das Vokabelheft. Doch nicht nur um Prokrastinations-Fallen in Schach zu halten, sollten wir mehr Bewegung in unser Sprachenlernen integrieren.

„Sprache ist nicht etwas, das man lernt oder weiß, es ist ein Verhalten, es ist etwas, das man tut“, sagt der Brite Jon Shave, der seit 15 Jahren in Bozen Englisch unterrichtet. „Entweder man ist erfolgreich darin, zu kommunizieren, was man will, oder eben nicht. Um die Perfektion geht es beim Sprechen nicht“, fügt er hinzu. Man brauche aber einen Grund dafür, erfolgreich zu kommunizieren. „Studien zeigen: das wichtigste beim erfolgreichen Spracherwerb ist Motivation. Ohne Motivation sind alle Stunden Sprachunterricht umsonst, denn wenn das Hirn keinen echten Grund zum Sprechen hat, reagiert es anders, und das Gelernte ist auch schnell wieder weg“, schließt Shave.

Aus diesem Grund organisiert Shave jeden Sommer Sprachwochen für Kinder, wo Sport im Mittelpunkt steht. „Sport ist ein idealer Kontext, um Sprache zu benutzen, denn es ist eine organisierte Aktivität mit Regeln, die ich kennen und kommunizieren muss. Sport ohne Kommunikation geht also nicht,“ so Shave. Der Sport kreierte die nötige Motivation für Kinder, Sprache zu nutzen. Weil die Regeln dabei zum Beispiel auf englisch erklärt werden, hören und benutzen die Kinder die Fremdsprache spielerisch, und lernen neue Vokabeln auf praktische Art und Weise, etwa wenn sie lernen, wie das Seil, das sie für das Spiel gerade brauchen, auf englisch heißt. So bleiben die Wörter besser im Gedächtnis.

Auch psychologische Studien häufen sich zum Thema Sprache und Sport und immer mehr Expert*innen raten dazu, Bewegung in die Sprachdidaktik mit einfließen zu lassen.

Neurologisch sehr knapp und einfach erklärt: Beim Sport pumpt unser Körper Blut ins Gehirn, genauso wie Sauerstoff und bestimmte Nährstoffe. Dadurch funktioniert unser Gehirn effizienter, Erinnerungsfähigkeit, Lösungs- und Entscheidungsfindung werden verbessert. Ein zweiter wichtiger Mechanismus, den Bewegung im Gehirn auslöst:

Glückshormone werden ausgeschüttet und das Stresslevel gesunken – der perfekte Bewusstseinszustand, um Sprachen zu erlernen.

Das weiß Sprachlehrer Shave nach jahrelanger Erfahrung: „Wenn die Leute Sport und Sprache kombinieren, fühlen sie sich gut und entspannt. Dadurch verlieren sie ihre Angst, und machen sich weniger Sorgen um zum Beispiel ihre Aussprache. Sie sprechen dann einfach, ohne darüber nachzudenken, weil sie etwas rüberbringen wollen, das sie für das Spiel gerade brauchen.“ Im Klassenzimmer, wo alle an einem Schreibtisch sitzen, ließe sich eine solche Atmosphäre nicht leicht kreieren.

Das wichtigste an den Sprachwochen ist für Shave, dass die Spiele den Kindern Spaß machen. „Alle Säugetiere lernen im Spiel. Um unsere Kapazitäten beim Aneignen einer neuen Fähigkeit also ganz auszuschöpfen, sollten wir Spaß dabei haben. Das liegt in unserer Evolution.“

Was sind die Resultate nach einer Sprachwoche mit Sport? Shave stellt klar, nach einer Woche sei es nicht realistisch zu erwarten, die eigenen Kinder könnten plötzlich perfekt eine Fremdsprache sprechen. Die wichtigste Veränderung zeige sich in der Einstellung zur Sprache: „Eltern berichten mir oft davon, dass ihre Kinder vorher Englisch langweilig fanden, und nach dem Sommerkurs aber viel begeisterter seien, Sprachen zu lernen. Viele gehen auch im Herbst, wenn die Schule wieder beginnt, mit einer ganz anderen Motivation in den Sprachunterricht. Jetzt verstehen sie, warum sie diese Sprache lernen, dass sie wichtig ist für draußen, und im Alltag genutzt werden kann.“

Sport als effizientes Umfeld zum Spracherwerb erkannte Shave während internationaler Sommerschulen, die er früher in Großbritannien organisierte. „Dort hatten die Kinder und Jugendlichen am Vormittag Unterricht im Klassenzimmer, am Nachmittag gab es Aktivitäten. Da habe ich gemerkt: die Fortschritte, die am Nachmittag nach einer halben Stunde Sport oder einem Ausflug gemacht wurden, waren größer, als alle während der ganzen Morgenstunden.“ Im Erleben wird also die Sprache am besten gelernt.

Zwar gibt es immer mehr solcher alternativen pädagogischen Modelle. „Outdoor Adventure Learning“, also das Lernen im Freien, wird sogar als Studiengang angeboten, erzählt Shave. Dennoch: Unser Schulsystem ist noch auf den klassischen Frontalunterricht ausgerichtet, mit Vokabellisten, theoretischen Grammatikstunden und gespielten Dialogen.

Shave versucht daher auch in seinem Unterricht mit Erwachsenen im Klassenraum, authentische Situationen herzustellen, in denen echte Motivation zur Kommunikation entsteht. An ein Beispiel erinnert er sich besonders gern: „Wir haben im Unterricht über Halloween gesprochen. Viele der Teilnehmenden hatten noch nie einen Kürbis ausgehöhlt und zu einem Gesicht verziert. Da habe ich mit ihnen Kürbisse geschnitzt und die hatten so viel Spaß - die ganze Klasse wurde zu einer Gruppe freudiger Kinder“, erzählt Shave schmunzelnd.



In collaborazione con /
In Zusammenarbeit mit...
salto·bz

Am Ende hat der Englischlehrer noch einen Tipp für diejenigen, die eine Fremdsprache lernen wollen: „Do what you love, but do it in the language you want to learn.“