



## Nach dem Spiel...

vom 25. August 2024

Der legendäre ehemalige Fussballtrainer Deutschlands, Sepp Herberger, bleibt unter anderem in Erinnerung durch einige knackige Bonmots, darunter das im Titel dieses Wochenbriefes entlehnte «Nach dem Spiel ist vor dem Spiel.» Ich denke da gerade auch an die 186 Schülerinnen und Schüler, die jetzt nicht mehr bei uns sind, für die die Kantikarriere am 4. Juli mit der Maturfeier zu Ende ging. Wo sind sie denn jetzt alle? Welches Spiel ist ihr nächstes Spiel? Bei einigen herrscht Klarheit, kamen sie doch bereits in Uniform an besagte Maturfeier. Sie sind also bis



Ende Jahr versorgt, ihr neues Spiel ist weniger geprägt von der grossen Freiheit, welcher sich vermutlich einige andere widmen, die jetzt in aller Welt Sprachen lernen, Sozialeinsätze leisten, oder einfach reisen.

Am 11. Juli verabschiedeten wir im Rahmen des Sommerausflugs der Angestellten der Schule wie jedes Jahr einige Lehrpersonen, welche die Geschicke unserer Schüler\_innen über eine kürzere oder längere Zeit begleiteten. Auch an sie denke ich heute, sie haben alle am letzten Montag ein neues Spiel begonnen an einer neuen Schule oder gar in einem völlig neuen Lebensabschnitt. Für sie waren die Sommerferien eine Zeit nach und vor dem Spiel.

Die gilt natürlich auch und ganz besonders für alle Neuen an der Schule, sei es in den 1. und 3. Klassen, sei es im so genannten Lehrkörper.

Wie nutzt man eine Zwischenzeit, die Pause zwischen zwei Spielen denn am besten? Ich meine, es gehört sicher zunächst etwas reine Pause (Regeneration) dazu, auf die eine Portion Rückblick (Reflexion) folgen soll. Dann kommt aber bald auch wieder das Training (Aufbau) für das nächste Spiel, das eben ansteht. Mit diesem Zyklus von Spiel, Regeneration, Reflexion, Aufbau, Spiel lässt es sich in meiner Erfahrung gut leben. Wichtig scheint mir dabei, dass jede Phase ihren Platz hat und keine ein Primat erlangt – die Gefahr der reinen Pause besteht; wer sofort wieder voll trainiert, hat sich aber auch nicht erholt, etc. Die Phasen sollen im Gleichgewicht stehen als Teile eines Ganzen. (Weiteres Herberger-Zitat: «Elf Freunde müsst ihr sein.», womit er aber seine Spieler auf dem Platz und nicht das Gefüge der Trainingseinheiten meinte.)

Komme ich jetzt, wo die Sommerferien doch vorbei sind, nicht etwas spät mit meinen Trainingsmethoden? Keineswegs, sie lassen sich auf jede Woche herunterbrechen, ja, eigentlich auf jeden einzelnen Tag. Hierzu passt ein drittes Zitat von Sepp Herberger: «Das nächste Spiel ist immer das schwerste Spiel.»



Gehen musste Herberger übrigens, so habe ich das nachgelesen, weil man seine Trainingsmethoden veraltet fand. So hoffe ich nun, meine Methoden seien nicht völlig überaltert, ich jedenfalls fahre nicht schlecht damit.

Herbergers Wunsch, dass Deutschland eine Eliteliga bekomme ging 1963 mit der Schaffung der Bundesliga noch in Erfüllung, dann hiess es für ihn aber bald «Aus! Aus! Das Spiel ist aus.» Aber das ist ein anderes Zitat (nicht von Herberger) mit einer anderen Geschichte.

Mit bestem Gruss

Roland Lüthi, Rektor