

## Gestikulieren in der goldenen Zone

Julius Böffgen vom Helmholtz-Gymnasium kam beim Wettbewerb „Jugend präsentiert“ 2025 unter die besten sechs Teilnehmer



Mit seinem Vortrag über Raumzeit und Gravitation hat es Julius Böffgen ins Finale des Bundeswettbewerbes von „Jugend präsentiert“ in Berlin geschafft.

Foto:

Gerhard Kopatz

---

VON STEFAN KNOPP

---

**DUISDORF.** · Hollywood und die Science-Fiction-Literatur haben Menschen schon oft an den Rand eines schwarzen Lochs geführt, aber in der Wirklichkeit hat es noch niemand dorthin geschafft. Dennoch geht man heute davon aus, dass dort die Zeit langsamer verläuft als auf der Erde. Warum ist das so, und was hat das mit Gravitation zu tun? Der Bonner Julius Böffgen hat es für seinen

Vortrag für „Jugend präsentiert“ recherchiert und versucht, es möglichst verständlich und doch wissenschaftlich zu erklären. Beim Finale des Jugendwettbewerbs in Berlin machte der Schüler am Duisdorfer Helmholtz-Gymnasium vergangenes Jahr damit den sechsten Platz – von rund 9000 jungen Leuten aus ganz Deutschland, die 2025 an der ersten Runde teilgenommen hatten.

Präsentieren gehört heute zum Schulunterricht, und wenn Schülerinnen und Schüler das in der Klasse gut machen, können sie auch beim Schulwettbewerb antreten. Das ist dann der Einstieg in „Jugend präsentiert“, und die Besten einer Schule fahren zum Landeswettbewerb nach Wuppertal. Julius war einer davon, weil er seinen Vortrag über Antidepressiva gut präsentiert hatte. In Wuppertal überzeugte er dann mit einer Präsentation über den Placebo-Effekt, und nach einer Präsentationsakademie im Sommer, wo er viel lernte, ging es mit einem vorgegebenen Thema nach Berlin. Im Vorausscheid der 117 Teilnehmenden aus ganz Deutschland kam er unter die Top 6, die im Finale noch einmal ihre Präsentation vortragen durften.

„Das absolut Wichtigste beim Präsentieren ist eine Kombination aus Gestik und Betonung“, erklärt der 16-Jährige. Auf der Akademie habe er einige Techniken gelernt. „Es gibt die goldene Zone, das ist der Bereich, wo man seine Hände bewegt.“ Ungefähr auf Bauchhöhe, nicht zu ausladend. Hilfreich sei, seine Präsentation oft zu üben, bewusst langsam zu reden und ruhig zu atmen. Ein zum Thema passender Gegenstand sei auch immer gut. Er zog ein Gummiband mit der Aufschrift „1 Sekunde“ in die Länge, um die Raumzeit-Dehnung darzustellen.

Sina Peschke und Lauren Asemota haben auch solche Hilfsmittel eingesetzt. Die beiden 15-Jährigen haben kürzlich den Schulwettbewerb am Helmholtz-Gymnasium für den diesjährigen Wettbewerb geschafft und fahren auch nach Wuppertal. Ihr Thema: „Karbon im Leistungssport“, und zwar mit Fokus auf die chemischen Aspekte, da sie die Präsentation für das Fach Chemie erstellt haben. „Wir haben mit einem Radiergummi die Kraftübertragung dargestellt, indem wir ihn auf den Boden haben fallen lassen“, erklärt Sina. Karbon ist ein leichtes, belastbares Material aus Kohlenstoff, das zum Beispiel in den Sohlen von Laufschuhen für eine bessere Federung sorgt.

Außerdem war ihre Präsentation übersichtlich und gut strukturiert, lobte die Jury. Mit Lampenfieber hatten sie und Lauren keine Probleme. Beide haben als Tänzerinnen Bühnenerfahrung. „Wir können abschalten.“ Aber nicht zu stark: „Man muss auch auf das Publikum achten.“

„Gut präsentieren zu können ist immer vorteilhaft“, sagt Sina. „Ich möchte später Lehrerin werden.“ Da muss man vor einer Gruppe stehen und etwas präsentieren. „Es ist überall sinnvoll, sich selber präsentieren und frei sprechen zu können und keine Angst vor Publikum zu haben.“ Julius kann dem nur zustimmen. Es schaffe auch Selbstbewusstsein. Präsentieren zu können, sei in der Arbeitswelt sehr hilfreich, sagt er. „Es ist in Führungspositionen wichtig, wenn man Leuten Sachen verkaufen möchte.“ Er plant, bei „Jugend präsentiert“ als Juror mitzuhelfen und an der Schule Wissen weiterzugeben.