



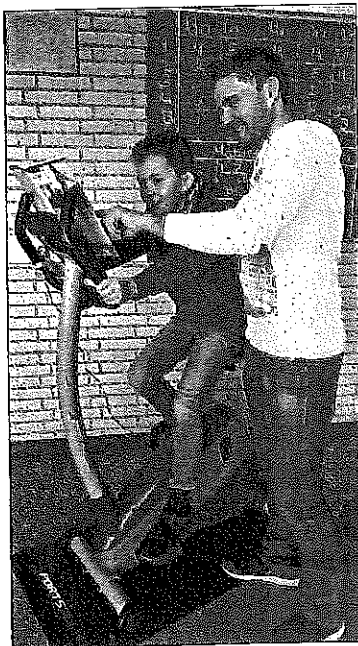
Von GA-Mitarbeiter
Alexander Hertel

Lernen und strampeln

Während eines langen Arbeits- oder Schultags kann die Konzentration schon mal ein wenig nachlassen. Vor allem wenn man die ganze Zeit gesessen hat. Die einfache Lösung: Kurz aufstehen, sich bewegen und dann mit neuer Aufmerksamkeit zurück ans Werk.

Und da hat sich die Stefan-Andrea-Realschule plus in Unkel etwas ganz Besonderes überlegt: Ein Ergometer im Klassenraum. Während der Lehrer also ein geschichtliches Thema vorstellt oder ein Mathe-Problem erläutert, sitzen die Schüler im Sattel und strampeln. Als Pilotprojekt würde vor den Osterferien ein solches Fahrrad in eine fünfte Klasse gestellt, erklärt Rektorin Bettina Stenz. Im vergangenen Sommer hatte sie die Idee von einem Kollegen aus Aschaffenburg gehört. „Man muss es einfach mal ausprobieren“, dachte sie sich und brachte die Idee mit nach Unkel. „Bewegung ist ganz wichtig“, findet Stenz.

Die Kinder waren zunächst erstaunt, als sie das Trimrad in der Klasse sahen. Einige hätten sogar an eine Art Strafarbeit gedacht, berichtet Stenz. Doch die Skepsis ist verflogen. „Das Rad wird sehr gut angenommen“, stellt die Rektorin nach den ersten Wochen fest. Nach einem genau festgelegten Zeitplan dür-



Ein Ergometer steht in einer fünften Klasse der Realschule in Unkel. FOTO: REALSCHULE

4 Generalanleger
vom 13.04.2018

fen die Fünftklässler jeweils 15 Minuten auf das Rad. Außerdem können sie das Ergometer nutzen, wenn sie unruhig werden. Der Plan geht auf „Die Schüler sind besser konzentriert, es gibt ein besseres Lernklima, die Klasse ist ruhiger, die Motivation steigt. Das wirkt sich auch auf das soziale Gefüge aus“, zieht Stenz Bilanz. Für die Schüler gelte es außerdem, auf dem Rad ihren eigenen Rhythmus zu finden. „Zu schnell geht nicht“, so die Rektorin. Und: Der Unterricht dürfe nicht vernachlässigt werden.

Damit die Fünftklässler beim Strampeln nicht nur zuhören, sondern auch mitarbeiten können, bastelt der Hausmeister noch an einer Schreibplatte für das Rad. „Ziel ist, dass sie gleichzeitig treten und schreiben können“, erklärt Stenz.

Bei dem Pilotprojekt soll es nicht bleiben: Bis zu den Sommerferien sollen alle vier Klassen der Jahrgangsstufen fünf und sechs ein Ergometer neben Tafel und Schreibtischen stehen haben, erklärt Stenz. Das „einfach mal ausprobieren“ hat sich also bewährt. Vielleicht wäre das ja auch etwas für andere Schulen. Das Problem mit der Konzentration gibt es schließlich nicht nur in Unkel, sondern auch anderswo.