



Die Gesamtschule Niedervalgern ist nun Besitzer von 150 Ballkissen. Alle Schüler der 5. und 6. Klassen wurden damit ausgestattet. Die Kissen, in denen sich Luft befindet, können als Sitzkissen genutzt werden. Vornehmlich werden sie aber für ein spezielles Trainingsprogramm zur Aufmerksamkeitförderung benötigt. Foto: Götz Schaub

# Im Gleichgewicht die Leistung steigern

## Präventionskonzept an der Gesamtschule Niedervalgern: Ballkissen fördern die Konzentration der Schüler

126 Schüler der Jahrgangsstufen 5 und 6 nahmen in dieser Woche Sitzkissen für den Schulunterricht in Empfang. Kissen? Ja Kissen – aber ganz besondere Kissen.

von Götz Schaub

**Niedervalgern.** Pädagogen und Mediziner beobachten immer wieder, dass Schülerinnen und Schüler Schwierigkeiten mit dem Gleichgewicht haben.

Und das kann sogar ganz konkrete Auswirkungen auf einem ganz anderen Arbeitsfeld haben, nämlich auf den ihrer Zensuren. So gibt es Studien, die aufzei-

gen, dass ein regelmäßiges Training des Gleichgewichts, das in den täglichen Unterricht räumlich, zeitlich und personell ohne zusätzlichen Aufwand integriert wird, Leistungssteigerungen in Fächern wie Deutsch und Mathematik bewirken können. Die Gesamtschule Niedervalgern möchte, dass ihre Schüler davon profitieren, setzt nun erstmals auf das Präventionskonzept nach Dorothea Beigel. Ausgestattet wurden zunächst alle Schüler der Klassen 5 und 6.

Unter der Überschrift „Bildung kommt ins Gleichgewicht – Bewegungs- und Gleichgewichtsprogramm“ werden verschiedene Programme in den täglichen Schulablauf integriert. Dabei werden ein- bis dreiminütige

Bewegungssequenzen kontinuierlich in den Unterricht eingebaut. Ziel dieses kurzen, regelmäßigen Trainings ist, die Konzentration, die Aufmerksamkeit und somit das Lernen zu unterstützen. „Für alle Kolleginnen und Kollegen, die in den Eingangsstufen 5 und 6 unterrichten, findet auch eine Fortbildung statt“, sagt Birgit von Bar-

gen vom Schulleitungsteam. Leiten wird diese Fortbildung Karen Flöhe aus Niedervalgern. Sie ist eine Fördererschulkollegin und zertifizierte Dozentin des Programms.

Sowohl die AOK Hessen als auch das Hessische Kultusministerium unterstützen die Fortbildungen für Lehrer und Erzieher. Die Gesundheitskasse

hat ihren Zuschuss jetzt sogar noch einmal erhöht: Es werden mittlerweile die kompletten Kosten der Fortbildung sowie alle zusätzlichen Materialien übernommen, das können im Einzelfall bis zu 1500 Euro je Klasse oder Gruppe sein.

„Im Rahmen des Projektes erhalten alle Kinder ein Ballkissen, das sowohl in den Übungen eingesetzt wird als auch im regulären Unterricht als Sitzkissen verwendet werden kann. Dieses verbleibt in der Schule“, sagt von Bargen. Geplant ist, dass gemeinsam mit den jeweiligen Klassenleitungen, jedes Kind für die Aufbewahrung und Pflege „seines Kissens“ selbst verantwortlich ist. Dietmar Jö-

kisch, Fachberater der AOK Hes-

sen, sagt: „Das Programm lebt auch von aktiven Pädagogen und Pädagogen, die um die Bedeutung des Themas für die Entwicklung der Kinder wissen.“ Das Konzept ist Bestandteil der langfristig und breit angelegten Initiative „Gesunde Kinder, gesunde Zukunft“ der AOK Hessen.

P.S.: Ganz viele Schüler zeigten sich zum Fototermin anlässlich der Übergabe der Ballkissen in einem sattem Blau. Nein, in Niedervalgern gibt es natürlich keine Schuluniform, aber tolle T-Shirts mit dem Schul-Logo. Die wurden im Übrigen vom Schulleiterteam gesponsert.

Informationen zum Projekt gibt es unter [www.bildung-kommt-ins-gleichgewicht.de](http://www.bildung-kommt-ins-gleichgewicht.de).