

## Thema des Tages

### Stehpult und Gymnastik im bewegten Klassenzimmer

Etwa 40 Schulen setzen nicht mehr nur auf das Sitzen im Unterricht

**Zwickau.** Florian Rückert hat das Distributivgesetz nicht nur mit Links verstanden - sondern auch im Stehen. Denn wenn der 11-Jährige im Zwickauer Käthe-Kollwitz-Gymnasium Mathe auf dem Stundenplan hat, dann geht er in den Raum 218. Dorthin, wo schon heute das mögliche Klassenzimmer der Zukunft steht: Schüler können abwechselnd stehend und sitzend pauken - an eigens dafür aufgestellten Stehpulten.

"Ich finde das toll. Und viele in der Schule machen auch mit", sagt der Junge aus der 6c. Das Distributivgesetz besagt ja - einfach ausgedrückt - dass man auf verschiedenen Wegen zum Beispiel Zahlen summieren und miteinander multiplizieren kann, um leichter zu einem Ergebnis zu kommen. Im gewissen Sinne folgt die ganze Schule dieser mathematischen Regel: Sie geht neue Wege, um das Lernen zu erleichtern.

Die Zwickauer Schule ist derzeit eine von etwa 40 Lerneinrichtungen in Deutschland, die auf das Stehen beim Lernen setzen. Der erste Impuls dafür kam aus dem Vogtland. Direktor Günter Franke hatte vor zwei Jahren in einem Klassenzimmer der Mittelschule Neumark 30 moderne, verstellbare Stehpulte aufgestellt, die auf Rollen überall hin bewegt werden konnten. Schnell war der 3000-Seelen-Ort bei Reichenbach mit dem Projekt deutschlandweit in den Schlagzeilen. Auch die Ärzteschaft begrüßte die Aktion - schließlich habe schon Johann Wolfgang Goethe am Stehpult gestanden. Die Geometrie der Belastung sei das Entscheidende. In der Medizin heißt das achsengerechte Belastung, also vom Kopf bis zu den Füßen. Das sei allemal besser als Sitzen.

#### Vier Jahre Forschung an einer Schule in Hannover

Doch was Neumark - und mittlerweile viele andere Schulen nun aus eigenem Antrieb machen - erforschte die Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung aus Wiesbaden schon zur Jahrtausendwende. Mit interessanten Ergebnissen: "Wir konnten nachweisen, dass die Konzentrationsfähigkeit signifikant ansteigt, Haltungsschäden bei den Kindern vermeidbar sind", sagt Dieter Breithecker, der Leiter der Bundesarbeitsgemeinschaft. Die Experten machten ein vierjähriges Langzeitprojekt an der Fridtjof-Nansen-Schule in Hannover. Dort stand immer ein Stehpult in jedem Klassenzimmer, die Kinder konnten selbst entscheiden, ob sie stehen oder nicht. "Im Vergleich zu einer Kontrollgruppe einer anderen Schule, in welcher die Schüler nur saßen, konnten wir spürbar höhere Aufmerksamkeitswerte ermitteln", so Breithecker. Dies geschah über den so genannten d2-Test, der in der Fachwelt als unumstritten gilt (siehe Stichwort).

Breithecker forscht schon seit 20 Jahren auf dem Gebiet. Begonnen hatte er mit der Frage nach dem modernen Büroarbeitsplatz. "Deshalb sind schon die alten Philosophen durch Wandelhallen geschritten. Die Hälfte des Tages sollte der Mensch in Bewegung sein", weiß der Experte. Deshalb würden Schüler auch kippeln, wenn sie dauernd nur sitzen. "Damit wollen sie nicht ihre Lehrer ärgern, sondern setzen eine geistig-körperliche Überlebensstrategie um."

Diese Strategie zu fördern, dafür ging die Bundesarbeitsgemeinschaft in ihrem Langzeitversuch in Hannover sogar noch weiter: Im selben Klassenzimmer, wo das Stehpult stand, war auch eine Ecke mit Matten ausgelegt, auf der die Schüler auf dem Boden kauern konnten. "Eltern kennen das: Kinder liegen oft daheim, wenn sie lesen. Das ist ein ganz natürliches Verhalten."

#### Erfahrungen aus dem Vogtland für Nordrhein-Westfalen

In Neumark liegen die Schüler allerdings noch nicht beim Lernen - doch sind die Kinder nach



Das Lernen im Zwickauer Käthe Kollwitz -Gymnasium geht auch im Stehen, wer will. Miriam Götz aus der Klasse 6c mag das Stehpult. Auch in Neumark, Lichtentanne, Stenn, in der Pestalozzi-Schule und in der Evangelischen Grundschule Wilkau-Haßlau sowie in der Krankenhausschule des Heinrich-Braun-Klinikums wird mit Stehpulten gearbeitet. Vor kurzem kam noch das Biologiekabinett in der Juri-Gagarin-Mittelschule in Zwickau dazu.

Foto: Andreas Kretschel



Auskunft des Direktors sehr zufrieden mit der Idee der Stehpulte. Zudem fragten andere Schulleiter aus Deutschland an, um sich zu informieren. Unter ihnen Gabriele Kastner. Sie ist die Chefin der Falkschule im fernen Hamm in Nordrhein-Westfalen. "Ich habe im März 2008 im Vogtland angerufen und fand die Idee sofort mehr als nur interessant", erzählt Kastner. Begonnen hatte es zunächst mit einem Testpult, bevor mehrere der höhenverstell- und kippbaren Möbel in der Schweiz geordert wurden - wo laut Kastner Stehpulte an allen Schulen zur Standardausrüstung gehören.

Doch die Pulte kosten viel Geld. Die Neumarker Schulleitung hat vor zwei Jahren für 30 Stück 10.000 Euro bezahlt. In Hamm können Schüler nur deshalb zwischen Sitzen und Stehen wählen, weil zur Finanzierung der Pulte der Förderverein der Schule eine großzügige Bank-Spende bekam. "Ich habe von etwa 25 Schulleitern, ob nun aus Hamburg, Düsseldorf oder Osnabrück, Anrufe bekommen. Als ich ihnen sagte, was die Pulte kosten, haben viele schnell wieder aufgelegt", sagt Kastner.

Die Zwickauer Schulleiterin Steffi Becher vom Käthe-Kollwitz-Gymnasium zeigte trotzdem Mut zu Neuem und kaufte vor etwa einem Jahr zehn Stehpulte und stellte diese in fünf Räumen der 5. und 6. Klassen auf. Damit hatte sie die Eltern begeistern können. Ihr sehr knappes Budget der vom Freistaat ausgegebenen Lernmittelergänzungspauschale war aber um den Großteil - etwa 5000 Euro - spürbar geschmälert. Diese Pauschale wird pro Schüler veranschlagt und dann an den jeweiligen Schulträger, der Stadt oder der Gemeinde, ausgeteilt und von diesen an die Schulen weitergereicht. Ein Gymnasium bekommt demnach elf Euro pro Schuljahr und Lernendem, eine Grundschule 13 Euro für jeden Schüler.

Das ist nicht viel - und es gibt noch ein anderes Problem. Wofür darf dieses Geld wirklich ausgegeben werden? "Darüber gibt es noch immer ein großes Informationsdefizit. Nach unserer Auffassung gehören solche sinnvollen Investitionen wie Stehpulte dazu", sagt Gisela Grüneisen, die Vorsitzende des Landeselternrates (LER). Ihr ist es ein Anliegen, dass Stehpult als Alternative zum strengen Sitzen am Tisch in die Klassenzimmer zu bringen.

Das sächsische Kultusministerium verfolgt dagegen eine preiswertere Strategie: Die bewegte Schule. "Mehr als die Hälfte aller Grundschulen führen Elemente dieses Projektes mittlerweile durch", sagt Sprecherin Susann Mende. Hier gehe es vor allem darum, durch Bewegung einen gesunden Ausgleich zum Sitzen am Schultisch zu erzielen. Die Wirbelsäule soll dadurch entlastet und die Konzentrationsfähigkeit der Schüler gestärkt werden. Dazu gehören Elemente wie Schulhofspiele oder Gymnastik im Unterricht. Stehpulte seien zu begrüßen, doch eben Angelegenheit der Kommunen, die für die Sachausstattung der Schulen zuständig sind. Jeder Bürgermeister handelt aber nach eigener Finanzlage. Und die ist meist schlecht.

### **Kritik an unseriösen Angeboten für die Schulen**

Die meisten Schulen bieten deshalb einen Mix aus Stehen und Sitzen an. "Das ist optimal, denn die Abwechslung ist das Entscheidende", sagt Bewegungsexperte Dieter Breitecker, der aber betont, dass die Stehpulte auch nur eine Art Krücke seien. Wenn die Menschen was Neues machen, bräuchten sie immer etwas zum Festhalten. Daher nimmt er das sächsische Kultusministerium mit dessen Programm der bewegten Schule in Schutz. "Alles, was das Dauersitzen spürbar verhindert, ist richtig." Stehpulte gegen Gymnastik oder Sitzbälle auszuspielen, sei Unsinn. Ebenso stimme es nicht, dass mit dem Kauf eines Stehpults Schüler automatisch bessere Zensuren bekämen - was Anbieter mitunter versprechen. "Nur die Voraussetzungen zum Lernen sind einfach besser", so Breitecker. Denn wer faul ist, könne das sehr gut auch im Stehen.

Von Jan Oechsner

Erschienen am 31.01.2010