

Hüfingen Besser konzentrieren mit Life-Kinetik

SK www.suedkurier.de/region/schwarzwald-baar-heuberg/huefingen/Besser-konzentrieren-mit-Life-Kinetik;art372521,8538468

Bürgerstiftung unterstützt Projekt an der Kaufmännischen und Hauswirtschaftlichen Schule



Ernst Zimmermann, Wolfgang Riedmaier und Frank Liebetanz (von links) lassen sich von Hildegard Ettwein (rechts) und einigen Schülerinnen des Kurses zeigen, was Life-Kinetik bedeutet. | Bild: madlen falke

Wenn die Sportlehrerin Hildegard Ettwein zwei Mal in der Woche ihr Angebot Life-Kinetik ihren Schülern anbietet, wissen sie, dass ihre Gehirnzellen in den 45 Minuten besonders gefordert werden. Denn Life-Kinetik hat zum Ziel, dass neue Vernetzungen im Gehirn entstehen. Das Spannende daran ist, dass dies nicht durch einen normalen Theorie-Unterricht erreicht werden soll, sondern durch die Kombination von Bewegung und Gehirntraining.

Damit das Angebot, das an der Kaufmännischen und Hauswirtschaftlichen Schule in Donaueschingen in der Region einzigartig ist, überhaupt möglich wird, hat die Bürgerstiftung einen Beitrag in Höhe von 700 Euro investiert. Damit die Lehrerin Schulcoach in Life-Kinetik werden und die große Material-Tasche angeschafft werden kann, wurden insgesamt 1200 Euro benötigt. Wie wichtig dem Schulleiter Frank Liebetanz das Projekt also ist, zeigt, dass die Schule selbst noch mal 500 Euro in das Projekt investiert hat.

In der Praxis ist Life-Kinetik eine echte Herausforderung. Den zehn Schülerinnen, die nun schon den Fortsetzungskurs bei ihrer Lehrerin besuchen, merkt man an, dass sie schon Übung darin haben, gleichzeitig verschiedene Aufgaben zu lösen. In drei Stufen zieht Hildegard Ettwein den Anspruch Stufe für Stufe an. Angefangen von relativ einfachen Bewegungsabläufen, wie zum Beispiel seitenverkehrtes Schenkel-Klopfen geht es dann im nächsten Schritt schon darum, sein Gehirn mit einzusetzen.

Den verschiedenen Bewegungen werden Zahlen zugeordnet. Sagt die Lehrerin die Zahl eins, müssen in dem Beispiel die Schenkel geklopft werden. Wie schwer das für Ungeübte ist, beweisen Schulleiter

Liebetanz, Vorstandsvorsitzender Ernst Zimmermann und Geschäftsführer Wolfgang Riedmaier von der Bürgerstiftung. Sie sind die Übungen nicht gewohnt und machen zu Beginn noch einige Fehler. „Die Schüler lernen dadurch, sich besser zu konzentrieren. Obwohl der Kurs erst seit September angeboten wird, haben sie schon große Fortschritte gemacht“, ist Ettwein zufrieden. Melanie Geisser, Teilnehmerin des Kurses kann das bestätigen: „Ich kann mich nun länger im Unterricht konzentrieren. Außerdem macht es sehr viel Spaß“, berichtet sie. So haben es auch elf von insgesamt 20 Schülern als Rückmeldung an ihre Lehrerin zurückgegeben. Die Vertreter der Bürgerstiftung freuen sich, dass das von ihnen unterstützte Projekt schon Früchte trägt. „Genau so etwas verstehen wir darunter, wenn es uns vor allem darum geht, innovative Konzepte zu unterstützen, die dann den Schülern den Alltag und das spätere Leben erleichtern“, sagen sie zufrieden.