

**Seite:** 9  
**Ressort:** Lokales  
**Quellrubrik:** WP Schmallenberg

**Auflage:** 3.567 (verbreitet)  
**Reichweite:** 0,01 (in Mio.)  
**Kommentar:**

**Weblink:** <http://www.funkemedien.de>

## Das Programm Denksport und Bewegung verknüpft

Seit einem Jahr hat die St.-Walburga-Realschule auch LifeKinetik im Programm. Schulleiter Heinz Bruning sieht es als belebende Bereicherung

VonAutor: Ute Tolksdorf

Meschede.

Spaß haben, Scheitern lernen und trotzdem Kreativität und Konzentration erhöhen - Life Kinetik scheint ein Alleskönner zu sein. Das Training kommt aus dem Hochleistungssport und gehört seit einem Jahr zum Programm der St.-Walburga-Realschule. Schulleiter Heinz Bruning zieht ein positives Fazit: "Eine Bereicherung, auf die wir immer wieder zurückgreifen."

Das Programm

Life Kinetik - hinter dem etwas sperrigen Titel steckt die Verbindung von Denkpulsen und Bewegung. Spaß und Scheitern gehören dazu und erhöhen Kreativität, Konzentration und Reaktionszeit. Alles Dinge, die für die Arbeit mit Schülern wichtig sind, findet Heinz Bruning. Sechs Kollegen haben die Ausbildung absolviert: Antje Heidelberg, Lydia Frieling, Natacha Lafleur, Inge Plugge, Stephan Röllecke und Christoph Trilling. Auch Heinz Bruning hat es ausprobiert: "Sobald Farben dazukommen, wird es für mich schwierig", gibt er zu und berichtet fasziniert, wie er die B-Jugend von Schalke 04 im Trainingslager in Kaiserau beobachtet hat:

Vorteil: Neue Denkmuster

"Das Dribbling auf den Mann kennt man. Nun zeigt der aber kurz vorher erst mit der Hand, dann durch Zahlen an, an welcher Seite der Spieler vorbeilaufen muss." Hinzu kommen Rechenaufgaben oder eben Farben als Impulse für Bewegungen. Das ist Life Kinetik. "Das ist anspruchsvoller Denksport." Bruning ist überzeugt: Das Programm ist nicht nur im Hochleistungssport, sondern auch in

der Schule richtig. "Schließlich sollen unsere Schüler vor allem eins: mit Spaß denken."

Vorteil: Konzentration

Medien aller Art befeuern Schüler heute permanent mit Impulsen. Das lässt sie abstumpfen. Life Kinetik macht wieder aufmerksam für unterschiedliche Impulse und bietet dann neue Reaktionsmuster, aus denen man auswählen kann", sagt Bruning. Das erhöhe die Konzentration.

Vorteil: Scheitern lernen

Es gibt Übungen - einen Ball balancieren, dazu ein gelbes Tuch hochwerfen und das Ganze nur, wenn die Rechenaufgabe der Lehrerin eine ungerade Zahl ergibt - das kann man kaum schaffen. Scheitern ist programmiert. Aber auch das muss man lernen. "Das heißt dann eben nicht: ‚Das kann ich nicht‘, sondern ‚Das kann ich noch nicht‘", betont Bruning. Die Frustrationstoleranz zu erhöhen sei eine wichtige Qualifikation fürs lebenslange Lernen.

Vorteil: Spaß an Schule

Schule macht nicht immer Spaß, das weiß auch Heinz Bruning. "Aber alles was wir auf emotionaler Ebene mit den Schülern machen, fördert sie und lässt sie aufmerksamer werden für schulische Themen." Die spielerischen Aufgaben des Programms gehören dazu. Bruning erlebt die Kinder dabei hoch konzentriert. "Sie wollen das können." Gleichzeitig sieht man den Banknachbarn, aber auch den Lehrer, plötzlich in einer ganz anderen Position. "Der, der sonst immer Einsen schreibt, der hat vielleicht plötzlich Probleme Ball und Farben zusammenzubringen."

Nachhaltigkeit

"Life Kinetik ist für uns keine Eintagsfliege", betont Schulleiter Heinz Bruning, der auch die Trainer-Lizenz für die Fußball-Bundesliga hat und das Programm auch aus diesem Bereich kennt. Beim fächerübergreifenden Unterricht soll es wieder zum Zuge kommen, bei der nächsten Klassenfahrt und wenn erst die Aula fertig ist, will Heinz Bruning es dort auch in den Regenspauzen anbieten. Die sechs Kollegen, die die Ausbildung absolviert haben sind uneingeschränkt begeistert. Bruning überlegt, ob nicht auch Kristina Dreibholz noch geschult werden kann. Sie leitet an der Walburga-Realschule die Betreuung. "Im normalen Schulalltag ist es schwer, das Programm regelmäßig einzusetzen", bedauert Bruning. "Aber es ist auf jeden Fall eine belebende Bereicherung."

Sponsor

Auch Reinhard Brücker, Vorstandsvorsitzender der Krankenkasse Viactiv, die das Projekt gesponsert hat, sieht Meschede als Feldversuch, "der hervorragend angelaufen ist." Sein Unternehmen will diese Entwicklung weiterhin positiv begleiten. Die Finanzierung einer weiteren Schulung für die Betreuungskraft sei deshalb durchaus vorstellbar.

Zitat: Meschede ist ein Feldversuch, der hervorragend angelaufen ist. Wir werden das weiter positiv begleiten. Reinhard Brücker, Vorstandsvorsitzender der Krankenkasse Viactiv

Zitat: Das Programm ist in der Schule richtig. Unsere Schüler sollen vor allem eins: mit Spaß denken. Heinz Bruning, Schulleiter St. Walburga-Realschule

Bild 1: an einer Koordinationsaufgabe versu- scheitern inbegriffen.  
Life Kinetik an der St.-Walburga-Real- chen: Die eine Hand fängt den Ball, Foto: Heinz bruning  
schule: Das Bild zeigt Schülerinnen und während die andere das Tuch bewegt.  
Schüler der Klasse 6a, die sich gerade Da ist volle Konzentration gefragt und

**Urheberinformation:** FUNKE MEDIENGRUPPE GmbH & Co. KGaA