



Jobnummer: [GQ42BKC9B.13](#)

Ressort: m_mo

Datum: 27.05.2009

Bewegung macht den Kindern Spaß

In Wintrich läuft ein Pilotprojekt zur Stärkung der Rückenmuskulatur von Grundschulern

Auf Initiative eines Frankfurter Vereins ist in Kooperation mit Krankenkassen in der Grundschule Wintrich ein Pilotprojekt gestartet worden, dass Schüler spielerisch darin unterweist, ihre Rückenmuskulatur zu stärken.

Wintrich. (urs) Lässig herum- lümmeln ist nicht angesagt bei dem neuen „Lehrer“ der Grundschule Wintrich. Physiotherapeut Jörg Jonas achtet auf eine für die Rücken der Kinder gute Haltung. Bei spielerischen Übungen wie dem Balancieren über einen Balken oder auf einem großen Ball geht das fast wie von selbst. Dass sie dabei so ganz nebenbei ihre Rückenmuskulatur stärken, mag für die Kinder zwar eher nebensächlich ein, doch nicht weniger effektiv.

„Mir macht das Spaß“, versichert Fabian. Und sie lernen auch etwas über Käfer, Igel oder Salamander – den Paten der Übungen. „Das ist lustig“, bestätigt die neunjährige Celina. Sie sieht auch den gesundheitlichen Aspekt: „Wenn man das macht, bekommt man später kein Rückenweh.“ Auch Susanne Graziani, eine Mutter, begrüßt das Angebot: „Die Kinder sind begeistert und erzählen, wie toll das ist.“ Den etwas anderen Unterricht ermöglicht hat laut Schulleiterin Ursula Casel eine Initiative des „Vereins für Rückenschule und Gesundheitssport“ (siehe Extra). Der Verein trägt die Kosten für die Weiterbildung von Fachleuten zu Rückenschullehrern, Krankenkassen die für den Rücken-Unterricht.

Die Mindestteilnehmerzahl von zehn Kindern war in Wintrich schnell zusammen. In der Gruppe mache das den Schülern mehr Spaß, freut sich Casel über die Resonanz. Viele Grundschüler klagten ja bereits über Rückenschmerzen, hofft sie, dass sich das dank der Informationen und der auch zu Hause trainierbaren Übungen bessern wird. Die „Hausaufgaben“, die ihnen Jonas aufträgt, scheinen gemacht zu werden. Mal sind es Übungen, mal ein Notieren von täglichen Sitz- und Bewegungs-Sünden.

Jonas ist mit seinen Schülern zufrieden. Seines Wissens sei dieses Projekt mit Ausnahme von Trier und dem Saarland das einzige weit und breit: „Wintrich ist wirklich ein Pilotprojekt.“ Laut Ursula Casel hatte der Verein alle Schulen über dieses Angebot informiert. Sie habe sofort Kontakt aufgenommen. MRA/jöl

Rückenschul-Projekt

Die „präventiven Bewegungsprogramme für Kinder“ bietet der Frankfurter „Verein für Rückenschule und Gesundheitssport“ (VGR) mit dem Zugpferd „Eintracht Frankfurt“ an. Und zwar in Kooperation mit den Krankenkassen, von denen etliche die Kosten für den Rücken-Unterricht übernehmen. Dieser beinhaltet achtwöchige Kurse mit einmal wöchentlich 60 Minuten Unterricht. Der Einstiegskurs „Back Attack“ zielt auf „einen starken Rücken“ ab, der Folgekurs „Move Attack“ baut darauf auf. Die eingesetzten Sportgeräte kann die Schule behalten und zur Bereicherung des Sportunterrichts nutzen. (urs)

Schule kann richtig Spaß machen, wie die strahlenden Mienen der Wintricher Grundschüler zeigen, die an einem für sie kostenlosen Bewegungs-Projekt teilnehmen, das die Rücken der Kinder stärken soll. TV-Foto: Ursula Schmieder