

- Warum beteiligt sich Ihre Schule an der Studie von Frau Lüders und der TU München?

Kommunikationsfähigkeit, Persönlichkeitsentwicklung und Identitätsbildung werden beim Schreiben von Hand gefördert. Wer Sätze aufs Papier zaubert, wird automatisch kreativer – so sagen auch 79 Prozent der Erwachsenen und 88 Prozent der befragten Kinder, dass ihnen bessere Ideen kommen, wenn sie von Hand schreiben. Außerdem fördert die Handschrift Feinmotorik, Koordination und ist ein authentischer Ausdruck der Persönlichkeit.

*Die Handschrift ist selbst in der heutigen digitalisierten Welt weiterhin ein Werkzeug zur Kommunikation und auch Ausdruck der Persönlichkeit. Die Bestsellerautorin Cornelia Funke (u.a. Tintenwelt-Trilogie) meinte dazu: „Eine fließende Handschrift bringt die Gedanken zum Fliegen“. Automatisiertes Schreiben ermöglicht es den Kindern, sich fokussiert auf den Inhalt konzentrieren zu können; zudem verankert sich Handgeschriebenes besser im Gedächtnis. Die grundlegenden motorischen Fähigkeiten, die für die Handschrift wichtig sind, erlernt ein Kind schon viel früher. Bewegungen, die den Gleichgewichtssinn fördern, Greifübungen und feinmotorische Aufgaben schulen die Bewegungsabläufe und erleichtern das Erlernen der Handschrift. Bei einigen Kindern kommen diese Aktivitäten, die bereits lange vor Schuleintritt geübt werden können, zu kurz. Dementsprechend schwerer tun sie sich später beim Schreibenlernen. In unseren vielen Dienstjahren haben wir beobachtet, dass sowohl Grob- wie auch Feinmotorik bei den Kindern gravierend abgenommen haben und sich somit auch das Niveau der Handschrift in der Grundschule verschlechtert hat. Um die Schüler*innen hier besser fördern und unterstützen zu können, haben wir uns im Kollegium zur Teilnahme an der Studie der TUM zur Förderung der Schreibmotorik sowie einer gesunden Haltung beim Schreiben und Sitzen entschlossen.*

- Haben Sie und Ihre Lehrkräfte auch festgestellt, dass viele Kinder falsch sitzen und den Stift nicht mehr halten können?

Definitiv. Natürlich gibt es einige Kinder, die wenige bis keine Probleme damit haben. Ein großer Teil „lummelt“ allerdings beim Sitzen, kniet auf dem Stuhl, sitzt auf einem Bein, sitzt schief, schreibt mit dem Kopf auf den Händen liegend. Die Stifthaltung ist oft nicht korrekt und dadurch verkrampft, wodurch ein sauberes und gleichmäßiges Schriftbild fast nicht möglich ist. Einige Kinder sind sich ihrer Händigkeit gar nicht bewusst sind (links oder rechts).

- Gibt es Kinder bei ihnen, die bereits im jungen Alter manchmal über Rückenschmerzen klagen?

Nicht bekannt. Allerdings gibt es öfter klagen, dass die Hand oder der Nacken nach längerem Schreiben schmerzen.

- Was ist bei Ihnen bisher im Rahmen der Studie passiert?

Sehr viel.

Nach einigen Vorgesprächen der Schulleitung mit den Verantwortlichen der TUM Prof. Ansgar Schwirtz und Kathrin Schmalzl sowie mit Osteopathin Kathrin Lüders wurden Kollegium und Elternschaft umfassend informiert, die Einwilligungen der freiwilligen Teilnehmer eingeholt und eine erste Terminierung der Veranstaltungen vorgenommen. Die Kinder wurden beim ersten Erhebungstermin (Ausgangsmessung) und beim Folgetermin nach 3 Wochen „vermessen“, das heißt bei der Schreibanalyse wurde der Druck beim Schreiben erfasst und bei der Haltungsanalyse der Rücken beim Sitzen/Schreiben gescannt.

*Zudem wurden an alle teilnehmenden Erstklasslehrerinnen, Eltern und Mittagsbetreuung ein Fragebogen sowie ein Tagebuch verteilt, um die Übungsdauer- und Häufigkeit während der Interventionsphase festhalten zu können. Das gesamte Lehrerkollegium, Personal der Kindertagesstätten sowie der Mittagsbetreuung und die Eltern nahmen an einer praktischen Schulung nicht nur zur Förderung der Schreibmotorik, sondern v.a. der Bewusstmachung der gesunden Sitzhaltung beim Schreiben unter der Leitung von Simone Lüders teil, deren Inhalt zielführende Übungen zur Körperschulung, Feinmotorikschulung, zur kontrollierten Atemtechnik sowie spezielle Übungen für die Wirbelsäule waren. Diese Übungen inklusive Korrektur sind regelmäßiger Bestandteil des Unterrichts. Das Team rund um Frau Lüders war einen ganzen Tag in jeder 1. Klasse, um den Kindern die Übungen näher zu bringen, es wurden Stuhl und Tisch auf jedes Kind individuell eingestellt, optische Hilfen zur Optimierung der Arm- und Blattposition wurden auf den Tisch geklebt. Zudem wurde vom Team der TUM rund um Kathrin Schmalzl im Rahmen des Folgetermines nach 3 Wochen die Klasse in der Alltagssituation gefilmt, um die alltäglichen Sitzgewohnheiten der Schüler*innen im Unterricht besser analysieren zu können.*

- Wie liefen die ersten Untersuchungen?

Die Kinder durften einzeln ins „Forscherlabor“, wo sie von den Mitarbeitern einfühlsam und freundlich begleitet wurden. Sie fanden es spannend und aufregend.

- Wie viele Kinder nehmen bei Ihnen teil?

1a: 9 Kinder

1b: 17 Kinder

1c: 16 Kinder

Von 59 Erstkesslern nehmen 42 teil.

- Wie haben die Kinder die Studie aufgefasst?

s.o.

Kinder wollen lernen und sich verbessern und freuen sich darüber, ihre Haltung verbessern zu können. Bei Bewegungsübungen sind Kinder immer motiviert dabei, v.a., wenn sie als Folge feststellen, dass auch das Schreiben nun schon leichter geht. Da die Übungen z.T. spielerisch gestaltet sind macht es den Kindern sogar Spaß. Bewegungen oder Abwechslung zwischen den Lernphasen ist in der 1. Klasse von Haus aus fester Bestandteil.

- Wie ist die Rückmeldung der Eltern und der Lehrkräfte?

Eltern und Lehrerinnen befürworten die Schulung, da allen die Problematik bewusst ist – auch, wenn das Projekt doch mit einigem Aufwand (regelmäßiges Üben, möglichst mehrmals täglich, genaue Dokumentation) verbunden ist.

- Ist die Umsetzung der Übungen im Schulalltag überhaupt möglich?

Kleine Korrekturen und Übungen sind einfach und schnell durchzuführen. Im Rahmen der ohnehin regelmäßig eingebauten Bewegungspausen können auch die länger dauernden Übungen eingebaut werden. Je nach Tagespensum ist es unterschiedlich gut möglich, die Übungen wirklich regelmäßig/konsequent täglich durchzuführen und zusätzlich darüber Protokoll zu führen. Langfristig gesehen können die Übungen jedoch immer wieder eingebaut werden, da sich auch der Sportunterricht und die Hauspause dazu anbieten.

- Was sind die Aufgaben Ihrer Schule bei dieser Studie?

Information aller Beteiligten-Dateneinholung-Organisation-Terminierung-Reflexion über die Teilnahme an der Studie und an der Interventionsphase (Schulung)

- Glauben Sie, dass durch die Studie Besserung im Sitz- und Schreibverhalten der SchülerInnen eintritt?

...wenn wir nicht daran glauben würden, hätten wir nicht daran teilgenommen

Ja, weil vor allem die Lehrkräfte für dieses Thema sensibilisiert worden sind und einen anderen "Blick" auf dieses Thema haben. Man erinnert die Kinder im Unterricht jetzt öfter daran, "dazusitzen wie der König" und die Kinder wissen dann automatisch, wie sie ihre Sitzposition korrigieren müssen (dauert nur 10 Sekunden und bringt viel). Erste Erfolge zeigen sich bereits. Die Kinder kennen nun die richtige Sitz- und Schreibhaltung und aktuell genügen kleine Hinweise, wodurch die Kinder sich wieder daran erinnern. Ziel ist es natürlich, dass die Dinge verinnerlicht und automatisiert werden. Das wird allerdings einige Zeit dauern.

- Vor allem auch dauerhaft, wenn die SchülerInnen nicht dauernd daran erinnert werden? Es wird sicherlich im 1. Schuljahr immer wieder daran erinnert werden; langfristig sind wir optimistisch, dass eine gesunde Sitz- und Stifthaltung durch eine bestimmte Gestik, ein Symbol oder durch Partnerkontrolle etc. stattfinden kann...

Wir halten das Thema für grundlegend wichtig. Deshalb sollte es unbedingt Einzug in die Lehrerbildung (Studium und Referendariat: Seminare, verpflichtende Fortbildungen etc.) und in die Kindertagesstätten, die der Grundschule vorausgehen, finden, um für dieses Thema zu sensibilisieren und auszubilden, damit von Anfang an den Kindern die Möglichkeit auf eine gesunde Schreib- und Sitzhaltung nicht verwehrt wird (Prävention!)