

# Vor dem Unterricht eine Runde laufen

Brauweiler Förderschule nimmt an Projekt „The Daily Mile“ teil

VON SARAH HERPERTZ

**Pulheim-Brauweiler.** Jacke an und los geht's. Jeden Morgen, außer montags, wenn sowieso Sportunterricht ist, laufen die Erst- und Zweitklässler der Förderschule an der Jahnstraße vor dem Unterricht erstmal eine Runde mit ihren Lehrerinnen um den Block. „Viele Schüler sitzen bis zu 40 Minuten im Bus, bevor sie hier ankommen. Die Bewegung macht sie wieder fit und lernfähiger“, sagt Sabine Menzel, die Sportkoordinatorin der Förderschule. Dort werden Kinder, die im emotionalen und sozialen Bereich besondere Unterstützung brauchen, beispielsweise Autisten und Kinder mit einer Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS), unterrichtet.

Die Förderschule in Brauweiler beteiligt sich schon seit 2016 mit der Unterstufe an der Initiative „The Daily Mile“. „Ich bin bei einem Sportevent durch einen Flyer darauf aufmerksam geworden und war sofort begeistert“, berichtet Menzel weiter. Sie hat die morgendliche Laufrunde an der Schule eingeführt.

„Die Kinder haben einen sehr hohen Bewegungsdrang, danach sind sie dann ausgeglichener“, erzählt Schulleiter Volker Turk. „Mittlerweile sind wir sogar schon in der Nachbarschaft bekannt.“

Zudem fördert das Laufen die Fitness der Schüler, und das wissen schon die Kleinsten. „Beim Laufen kann man immer seine Beine trainieren, dann wird man schnell und fit“, sagt der siebenjährige Lars Liebing aus der ersten Klasse.

Insgesamt werden in der Schule 50 Kinder gefördert, die dort vom Grundschulalter bis

zum Hauptschulabschluss bleiben können. Acht Kinder nehmen an „The Daily Mile“ teil. Die älteren Schüler seien durchs Lernen zeitlich zu eingespannt.

Auch das Geschwister-Scholl-Gymnasium in Pulheim will „The Daily Mile“ in Kooperation mit Lehrkräften der Förderschule einführen.



**Laufen** macht den Kopf frei und aufnahmefähig. Foto: Herpertz

## In 65 Ländern

**Die Initiative** „The Daily Mile“ ist 2012 in einer schottischen Grundschule entstanden. Die Schulleiterin Elaine Wyllies sorgte sich um die Fitness ihrer Schüler und führte ein, dass sie jeden Tag 15 Minuten zusammen joggen oder laufen. Durch die positiven Effekte auf die Kinder schlossen sich immer mehr Schulen an. 2018 wurde „The Daily Mile“ von der britischen Regierung als eine der wichtigsten Initiativen zur Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens von Kindern anerkannt. Mehr als 7500 Schulen in 65 Ländern nehmen mittlerweile an „The Daily Mile“ teil. (smh)