

# Innovative Landschule

Bewegungsübungen und Schlafoptimierung. Die Primarschule und Oberstufe Häggenschwil optimieren den Schulalltag.

Lisa Grauso

Dieses Jahr hat die Primarschule in Häggenschwil das Noel-Training eingeführt. NOEL steht für neurofunktionelle Organisation der Entwicklung und des Lernens. Das Modell, das die Ergotherapeutin Rahel Schneider entworfen hat, basiert auf Bewegungsübungen, die die Vernetzung der zwei Gehirnhälften fördern sollen. Ziel ist ein effizienteres Lernverhalten, eine höhere Konzentrationsfähigkeit und eine bessere emotionale Anpassung der Schülerinnen und Schüler.

Aufmerksam auf das Projekt wurde die Häggenschwiler Schulratspräsidentin Astrid Hafner-Popp privat. Sie habe ihren Sohn für das Training bei Schneider angemeldet und positive Erfahrungen gemacht. «Nach kurzer Zeit war mein Sohn viel selbstsicherer und geerdeter.» Daraufhin sei sie mit Schneider ins Gespräch gekommen. «Wir waren beide überzeugt, dass dieses Training an Schulen ein grosses Potenzial hätte», sagt Hafner-Popp. Kurzzerhand habe sie dem Schulrat vorgeschlagen, Noel an der Primarschule Häggenschwil probeweise einzuführen.

## Schülerin kann nach vier Trainings Velo fahren

Zunächst hat die Primarschule das Modell mit einzelnen, unterstützungsbedürftigen Kindern getestet. Während 50 Minuten werden sie jeweils im Eins-zu-Eins Setting von professionell ausgebildeten Trainerinnen betreut. Das Training beinhalte zum Beispiel Gleichgewichtsübungen oder Augenbewegungen. «Vereinfacht gesagt geht es darum, mit gezielten Bewegungen die Funktion des Nervensystems so zu beeinflussen, dass Entwicklung und Lernen besser gelingen», sagt Hafner-Popp. Bei den meisten Kindern sollen dafür sechs bis acht Trainings reichen.



Ein kleiner Einblick in das Noel-Training an der Primarschule Häggenschwil.

Bild: zvg

Erfolgreich war das Modell zum Beispiel bei einem Mädchen, das nach vier Trainings plötzlich habe Velofahren können. Ähnlich sei ein Junge, der sonst immer sehr zurückhaltend und reserviert war, viel fröhlicher und kooperationsfähiger geworden. Allgemein beobachten sowohl Lehrpersonen als auch Eltern eine bessere Organisation der Kinder im Schulalltag, ein tieferes Verständnis für Aufgaben und eine verbesserte emotionale Stabilität.

Aufgrund der positiven Resultate plant die Schule, das Noel-Training nun auf weitere Stu-

fen auszuweiten. «In Zukunft sollen dann möglichst alle Kinder daran teilnehmen dürfen», sagt Hafner-Popp. Um die

Finanzierung zu rechtfertigen, müsse jedoch zuerst eine Auswertung des Pilotprojekts erfolgen.



Astrid Hafner-Popp, Schulratspräsidentin Häggenschwil.

Bild: zvg



Alex Boacter, Schulleiter der SBW Oberstufe Häggenschwil.

Bild: zvg

Die Primarschule Häggenschwil ist die erste Schule, die das Noel-Modell anwendet. «Wir wünschen uns, dass mehr Schulen auf das Training aufmerksam werden. Nicht nur Häggenschwiler Kinder sollen davon profitieren», sagt die Schulratspräsidentin.

## An der Oberstufe wird ausgeschlafen

Auch an der privaten Oberstufe von SBW Haus des Lernens in Häggenschwil wird der Schulalltag optimiert und stärker auf die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler abgestimmt. Seit

Ende der Herbstferien beginnt der obligatorische Unterricht um 8.30 Uhr, statt wie bisher um 8.00 Uhr. Für die körperliche und geistige Gesundheit von Jugendlichen sei Schlaf unglaublich wichtig, sagt Schulleiter Alex Boacter. «Ein späterer Schulbeginn hilft, den natürlichen Rhythmus zu berücksichtigen und ihnen mehr Schlaf zu ermöglichen.»

Zwar müssen die Morgenlektionen um jeweils fünf Minuten gekürzt werden, dies sei jedoch kein Problem, da sich die Konzentrations- und Lernfähigkeit dafür deutlich verbessere. Ausserdem haben die Jugendlichen am Abend mehr Energie, um Aufträge zu erledigen und eigenen Hobbys nachzugehen. Es gebe aber noch weitere positive Effekte: «Das soziale Miteinander und generelle Wohlbefinden der Jugendlichen hat sich stark verbessert», sagt Alex Boacter.

## «Es braucht Mut zur Veränderung»

Für die Schülerinnen und Schüler, die am frühen Morgen produktiv sein möchten, bleibt die Möglichkeit bestehen, eher in die Schule zu kommen. Die Schule bietet drei Check-in-Zeiten: Wer in das freiwillige, betreute Lernatelier gehen will, kann um 7.15 Uhr oder 8.00 Uhr in die Schule kommen. Obligatorischer Schulstart ist um 8.30 Uhr. «Damit decken wir die Präferenzen aller Jugendlichen ab», sagt der Schulleiter.

Mit einer Umfrage werde das Projekt nach den Weihnachtsferien ausgewertet. Wenn die Auswertung gut ausfällt, könne das Konzept im Idealfall auf das restliche Schuljahr ausgeweitet werden. Bis jetzt seien alle Beteiligten begeistert. «Manchmal braucht es eben etwas Mut zur Veränderung. Schliesslich ist es eine Investition in die Gesundheit und den Erfolg der Jugendlichen – und damit in die Zukunft.»