

Novalis-Schule Bad Tennstedt wird zur Kneipp-Schule

Entspannungsübungen und Gesundheit sind fester Bestandteil des Lehrplans. Neuer Name soll im März gefeiert werden

VON FRIEDEMANN KNOBLICH

Bad Tennstedt. In einem der verwinkelten Flure der Novalis-Grundschule in Bad Tennstedt findet sich eine griechisch anmutende Ecke. Hier stehen die fünf (unechten) Säulen der Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensrhythmus.

Alle diese Elemente spielen im Schulalltag der Mädchen, Jungen und Lehrer eine bedeutende Rolle. Denn die Novalis-Schule schickt sich an, offiziell zertifizierte Kneipp-Schule zu werden. „Da die Schüler aus der Kur-Region kommen, werden sie mit Kneipp mehr anfangen können als mit Novalis“, sagt Christina Jenke, die Schulleiterin.

Gesundheitsthemen werden gelebt

2008 begannen die Lehrer mit einer dreijährigen Fortbildung in der kneipp'schen Philosophie. Diese ist im Lehrplan der Schule inzwischen fest verankert. So lernen die Schüler beispielsweise, wie man einen Armguss macht, der die Durchblutung anregt, belebt und abhärtet. Auch die gesunde Ernährung, Entspannungsübungen oder Aktivitäten wie Wasserretreten werden den Kindern vermittelt.

Im Schulgarten werden Kräuter angebaut, im Ethikunterricht beschäftigen sich die Kinder mit Traumreisen. Auch im nachmit-

täglichen Hort werden die Kneipp-Lehren integriert, indem etwa mit Tees und Kräutern experimentiert oder gebacken wird, erzählt Ines Jahn.

Wozu das alles? „Um Körper und Seele gesund zu halten“, antworten Christina Jenke und ihre Stellvertreterin Ines Jahn unisono. „Wir besprechen Gesundheitsthemen nicht nur theoretisch in drei Unterrichtsstunden und schreiben dann eine Klassenarbeit drüber. Wir leben sie“, stellt Jenke klar. Ziel sei es, dass die Schüler die Übun-

gen und Techniken irgendwann selbst übernehmen.

So sei es den Schülern gestattet, den Unterricht für einige Minuten zu verlassen, um etwa einen Armguss zu machen und erfrischter zurückzukommen.

Beim Armguss lassen die Kinder kaltes (oder lauwarms) Wasser auf der rechten Seite beginnend über den Arm hoch zur Schulter und auf der linken Seite hinablaufen.

Auch einen Raum der Stille hat die Schule eingerichtet. Dort können sich die Mädchen und

Jungen zwischen den Stunden zurückziehen, um zu entspannen. Das funktioniere im Alltag gut, so Christina Jenke. Die alte Einteilung in Schulstunde-Pause-Schulstunde werde heute flexibler behandelt.

Ein paar Wochen ist es her, dass die Einrichtung durch eine Mitarbeiterin des Kneipp-Bundes getestet wurde. Es wurde überprüft, inwieweit im Unterricht Kneipp-Inhalte vermittelt werden und welche Möglichkeiten etwa für Wasseranwendungen in den Schulräumen zur

Verfügung stehen. Auch die Anlagen im nahe gelegenen Kurpark wurden begutachtet.

Das Testergebnis: Die Novalis-Schule darf sich ab sofort als eine vom Kneipp-Bund anerkannte Schule bezeichnen. Die geplante Namensänderung mit offiziellem Zertifikat wird laut Christina Jenke noch etwas auf sich warten lassen. Erst müsse die Zustimmung diverser Behörden und Ämter abgewartet werden.

Im März soll die Namensgebung dann groß gefeiert werden.



Eleanor, Jenni, Paulina und Judie aus der Grundschule Bad Tennstedt demonstrieren das Konzept der Armgüsse. Das kalte Wasser belebt den Körper und hilft im Idealfall dabei, dem Unterricht besser folgen zu können. Foto: Friedemann Knoblich