

Was wir schon lange wussten: Wer kippelt, hat mehr von der Schule!

Eine Studie aus dem Saarland beweist, dass Kippeln gesund ist.

GIESSEN. Wer kennt die Ermahnung nicht: „Hör’ auf zu kippeln, du kannst auf den Kopf fallen!“ – Aber findet ihr das Kippeln nicht auch so gut wie wir? Ist es wirklich sinnvoll, es in der Schule zu verbieten? Wir haben nachgeforscht, ob es so gefährlich und unnötig ist, wie viele sagen.

Von Anne Schäfer

Es gibt natürlich Argumente, die gegen das Kippeln sprechen. Wer dabei umfällt, kann sich Gehirnerschütterungen oder Platz- und Schürfwunden zuziehen. Durch das Kippeln können zudem Streifen, Dellen und Löcher im Fußboden entstehen. Außerdem erzeugt das Herumrutschen mehrerer Schüler/-innen Unruhe, die dazu führt, dass die Konzentration nachlässt. Das alles sind Gründe, warum Lehrer das Kippeln verbieten dürfen. Sollte man sich nicht an dieses Verbot halten, muss man mit einer schlechteren Verhaltensnote rechnen.

Doch ist Kippeln wirklich nur schlecht? Oder gibt es auch Argumente, die dafür sprechen? Der *Kölner Stadt Anzeiger* veröffentlichte in der Ausgabe vom 31.03.2009 die Ergebnisse einer Studie von der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung und der Aktion „KidCheck“. Die Studie zeigte, dass man sich beim Kippeln besser konzentrieren und länger aufmerksam sein kann, weil der Oberkörper besser durchblutet wird. Laut der Internetseite NetMoms, die sich ebenfalls auf die Studie bezieht, wird durch Kippeln der Druck auf den Rücken verringert, weil sich der Oberkörper nach hinten streckt und man



Stühle wie dieser ermöglichen gefahrloses Kippeln. Sie sind ab 119 Euro erhältlich.

nicht mehr so nach vorne gebeugt sitzt. Dadurch erfolgt eine gleichmäßige Atmung und die inneren Organe arbeiten besser.

Somit gibt es auch einige Argumente, die für das Kippeln sprechen. Doch vor dem Hintergrund des hohen Verletzungsrisikos beim Kippeln auf herkömmlichen Stühlen, ist es sicherlich nicht sinnvoll, es allgemein zu erlauben.

Eigentlich gäbe es eine simple Lösung für dieses Problem: Kippelstühle. Bei diesen besonderen Stühlen kann man nicht nach hinten umfallen. Sie sind ab 119 Euro erhältlich. Zum Vergleich: übliche Schulstühle, wie wir sie an unserer Schule haben, kosten circa 50 Euro. Rechnet man die gesteigerte Konzentration und Bewegungsfreiheit der Schüler/-innen dagegen, wäre diese Investition ein klarer Gewinn für alle Beteiligten.

Quellen:

<http://www.ksta.de/ratgeber/studie-beweist-kippeln-stärkt-die-konzentration,15189524,12966464.html> (27.2.13)
<http://www.netmoms.de/magazin/kinder/schule/kippeln-ist-gesund/> (27.2.13)

Bildnachweis:

http://www.discovery-24.de/medias/sys_discovery24_de/8469420401908160.image.jpg (27.2.13)