

Spaß an Disziplin: Schüler-Coaching an der Realschule Miltenberg begeistert Eltern und Teenager -Anzeige-

Früh aufstehen statt ausschlafen, Frühsport statt morgenmuffeln, Rührei und O-Saft statt Nutella-brot: Wer sich Schüler der 8. e an der Johannes-Hartung-Realschule in Miltenberg nennen darf, den erwartet zurzeit ein straffes Tagesprogramm.

Gemeinsam mit Coach Thomas Kämmerer von der Eagle Academy in Obernburg wagen sich die 13- und 14-Jährigen an große Themen wie Motivation, Selbstbewusstsein, Disziplin, Fitness und Lernstrategien. Wer jetzt nörgelnde und miesgelaunte junge Leute vor Augen hat, der täuscht sich. Die Schüler freuen sich über ihren neuen Alltag – oder besser gesagt: über die kleine Abwechslung im Alltagsgrau.

Mit moderner Tugend punkten

Ziel des Projektes, das gemeinsam mit der Eagle Academy, der Realschule und dem [news](#) verlag ins Leben gerufen wurde, ist es, den Schülern Tugenden und Werte zu vermitteln, mit denen sie im Leben punkten können. Coach Thomas Kämmerer erzählt: "Unsere These ist, dass in jedem Kind Potenzial steckt, das man herauskitzeln kann. Eigentlich wollen die Schüler ja gefördert werden." Dass die Schüler so viel Spaß an dem Pro-

jekt haben, spricht für sich, denn niemand wird zum persönlichen Coaching gezwungen. Trotzdem machen nur zwei Teenager nicht mit und das aus gesundheitlichen Gründen.

Für die anderen 26 ging es vor zwei Wochen mit einer Ist-Analyse los. Sprich: die Jungs und Mädchen wurden anhand ihres Freizeitverhaltens, ihrer Fitness und ihrer Ernährungsgewohnheiten bewertet. Die Fitness sah bei vielen anfangs noch recht mau aus. Beim Freizeitverhalten bestimmten Handy, PC und "Abhängen" den Alltag. Auch für die Schule gab es viel zu tun. Coach Kämmerer ist überzeugt: "Wer effektiv lernt, spart Zeit und hat so mehr Möglichkeiten für Sport oder Vereine." Sich im Internet und in neuen Medien auszukennen, sei zwar wichtig, dürfe aber nicht die einzige Freizeitbeschäftigung sein.

Durch Lob den Ehrgeiz wecken

Die Schülerinnen Sarah Kühn aus Miltenberg und Melissa Betzwieser aus Bürgstadt sehen im Coaching eine Chance für die Zukunft. Am besten gefällt den Mädchen der Frühsport und das tolle Gemeinschaftsgefühl. Dafür stehen die beiden auch gerne mal eine Stunde eher auf. Sarah Kühn möchte später vielleicht mal Polizistin werden.

Die Erfahrungen, die sie in den nächsten Wochen sammeln wird, könnten ihr dabei helfen. Neben Körpertraining stehen auch Kurse in Lernstrategien, Ernährung und sozialer Kompetenz auf dem Plan.

Richtig toll finden auch die Eltern das Programm. "Die Jugendlichen sind sehr motiviert, kommen nachmittags nach Hause und sind be-

geistert von ihrem Tag", erzählt Elternsprecherin Judith Fillipp-Hauk. Als Mutter von Zwillingen – beide Schülerinnen der 8. Klasse – möchte sie ihre Mädchen unterstützen. "Dazu ist konstruktive Kritik und vor allem viel Lob wichtig, denn dadurch weckt man den Ehrgeiz in seinen Kindern", so die Elternsprecherin. Auch Sportlehrerin Karin Bergmann, die die halbe Stunde

Frühsport mit beaufsichtigt, sieht bei den Jugendlichen Entwicklungspotenzial und ist "gespannt was da auf uns zu kommt. Nach vier Wochen kann da eine ganz andere Klasse vor uns stehen, weil die jungen Menschen stolz auf sich sind und wirklich etwas geschafft haben: früh aufzustehen, Sport zu machen und an sich zu arbeiten."

Julia Preißer



Spaß und Disziplin können Hand in Hand gehen. Das erfahren 8-Klässler der Realschule in Miltenberg.