Rexomobil Workstation

Wie Stehtische Schülern im Unterricht helfen können



Da Stehtische am Arbeitsplatz immer beliebter werden und Sitzen mittlerweile als das „neue Rauchen“ gilt, stellt sich die Frage: Sollten auch Schüler stehen? Wie können Stehtische Schülern im Unterricht helfen? Würden sie besser lernen, wenn sie stehen und sich mehr bewegen dürften? In diesem Artikel werden wir die Vorteile von Stehtischen für Schüler erörtern.



1. Verbesserung der Körperhaltung und Verringerung von Verspannungen und Schmerzen.

Da Schüler über 60 % ihrer Wachzeit im Unterricht im Sitzen verbringen, haben viele von ihnen ein sitzendes Lebensverhalten entwickelt. Stundenlanges stilles Sitzen führt zur schlechten Angewohnheit, sich hinzulassen, was zu Verspannungen in den Schultern, Schmerzen im Halswirbelbereich und Rückenschmerzen führt. Stehtische ermöglichen es den Schülern, öfter zu stehen und sich zu bewegen, wodurch die durch langes Sitzen verursachten Probleme verringert werden. Darüber hinaus lässt sich eine korrekte Körperhaltung im Stehen oft

leichter aufrechterhalten, was Stress und Schmerzen lindert, die durch krummes Sitzen verursacht werden.



2. Reduzierung von Fettleibigkeit bei Kindern

Laut aktuellen Erkenntnissen, die in (1) veröffentlicht wurden, regen Stehtische Schüler dazu an, aktiver zu sein und mehr Kalorien zu verbrennen als herkömmliche Schreibtische. Zudem verbrannten übergewichtige Schüler deutlich mehr Kalorien als ihre normalgewichtigen Altersgenossen. Entscheidend ist, in Bewegung zu bleiben und aktiv zu sein, anstatt die ganze Zeit zu sitzen oder zu stehen.



3. Schülern helfen, sich im Unterricht zu konzentrieren

Stehtische fördern ein kooperativeres und aktiveres Lernumfeld und helfen den Schülern, sich auf den Unterricht zu konzentrieren, da sie sich dadurch weniger eingeengt fühlen. Dies hilft ihnen, sich zu beruhigen, und erhöht durch die Verbesserung der Durchblutung die Sauerstoffzufuhr zum Gehirn. So können sie überschüssige Energie abbauen, was ihnen hilft, sich im Unterricht zu konzentrieren.



4. Steigerung des Engagements im Unterricht:

Psychologen der Abteilung für Bildungspsychologie an der Texas A&M University untersuchten zwei Jahre lang das Verhalten von Schülern, indem sie im Klassenzimmer saßen, deren Aufmerksamkeit und Engagement beobachteten und maßen. Als Indikatoren dienten dabei beispielsweise, wie oft die Schüler den Lehrer ansahen, wie häufig sie auf Papier schrieben und wie oft sie von einem Nachbarn abgelenkt wurden. Die Ergebnisse zeigten, dass die Schüler in Lernumgebungen, die Aktivitäten zulassen, engagierter waren als in der traditionellen Sitzumgebung. Folglich zeigte sich, dass Schüler mit Stehtischen aufmerksamer waren und bessere schulische Leistungen erzielten, da das Engagement ein entscheidender Faktor für den Lernerfolg ist.



Als professioneller Anbieter bietet

ein einfaches ergonomisches Produkt an:

Rexomobil, die mobile Workstation:

- mobil durch vier Möbelrollen, zwei mit Feststeller
- Höhenverstellbar von 75,8cm bis 112,8 cm
- Tisch/Arbeitsplatte neigbar
- Arbeitsfläche: 60 x 52x 1,6 cm

Für Fragen steht Ihnen das jhs Team zur Verfügung.

Sie möchten eine Bestellung aufgeben?
Gerne stehen wir Ihnen telefonisch unter +49 (0) 2771 / 26731 - 0 oder per Mail info@jhs-group.de zur Verfügung.

jhs Interaktiv GmbH & Co. KG | Am Güterbahnhof 46 | 35683 Dillenburg
Telefon: (02771) 26731-0 | **Telefax:** (02771) 26731-29 | info@jhs-group.de | www.jhs-gmbh.de