

# Bausteine für das Handlungsfeld «Steuern und organisieren»

**Quelle: G.Brägger, H.Hundeloh, N.Posse & H.Städtler (Hrsg.) Unfallkasse Nordrhein-Westfalen. (2017). *Bewegung und Lernen, Konzept und Praxis Bewegter Schulen*. Weinheim Basel: Beltz Verlag.**

Schulinterne Zusammenarbeit, Organisation und Steuerung sind wesentliche Voraussetzungen dafür, dass Bewegung und sensomotorische Wahrnehmung nachhaltig in den Schulalltag integriert werden. Dazu zählen:

- ▶ Kind- und lehrergerechte Rhythmisierung
- ▶ Sicherung des Sportunterrichts und weiterer Bewegungszeiten im Schulleben
- ▶ Tägliche Bewegungszeiten
- ▶ Konferenzen und schulinterne Fortbildung zum Thema «Bewegungsfreudige Schule»
- ▶ Sportlehrerinnen und Sportlehrer als Ressourcenpersonen nutzen
- ▶ Zusammenarbeit mit Sportvereinen – Öffnung zum Stadtteil
- ▶ Zusammenarbeit mit Eltern
- ▶ Qualitätsentwicklung und Selbstevaluation

## Kind- und lehrergerechte Rhythmisierung

Raum und Zeit sind wichtige Faktoren für gute Lernprozesse (→ 3.6, 7.1, 7.2). Wer auf eine bewusste Gestaltung schulischer Zeitstrukturen verzichtet, verzichtet deshalb auch auf den großen pädagogischen Nutzen, den rhythmisierte Schul- und Unterrichtszeiten mit sich bringen. «Schulische Vorhaben müssen als zeitlich sinnvoll gegliederte Kontexte statt nach den Zeiteinheiten eines mechanisch ausgelegten Stundenplans organisiert sein.»<sup>1</sup>

## Chancen eines pädagogischen Zeitverständnisses

Die Bedeutung einer kind- und lehrergerechten Rhythmisierung wächst mit der Länge des Schultags. Deshalb erhält die Gestaltung von Zeitstrukturen in Ganztagschulen ein besonderes Gewicht. Besondere Chancen für die Umsetzung eines pädagogischen Zeitverständnisses entstehen, wenn Ganztagschulen

- ▶ unterschiedlichen Zugängen zur Zeit Rechnung tragen: «Das in-der-Gegenwart-leben, Außer-der-Zeit-sein (z.B. im Spiele, im Gespräch mit Gleichaltrigen, im Dasitzen)»
- ▶ einen anderen Umgang mit der Zeit entwickeln, der entschleunigend wirkt und individuelle Lerntempi ermöglicht
- ▶ einen Unterricht mit differenzierenden Lernformen und Methoden gestalten, in dem sich überhaupt individuelle Lernrhythmen entfalten können (Burk 2006<sup>2</sup>).

Liebe Frau xxx  
Ich möchte  
Ihnen erklären, daß  
Mann nich 5 Stunden  
ruig sitzen kann.  
Haben Sie denn  
Schön mal 5 Stunden  
ruig gesessen?  
es Kippen doch  
alle einwenig.  
Liebe grüße von Niki.

## Dilemma zwischen linearen Zeitstrukturen und der biologisch-psychischen Eigenzeit

Zum Auftrag der Schule und einem realitätsbezogenen pädagogischen Zeitverständnis gehört aber auch, dass Schulen «trotz aller Öffnung für kindgerechte Zeitrhythmen auch den Umgang mit fremdbestimmter Zeit

<sup>1</sup> Wolfgang Edelstein/Gerhard de Haan: Von Schlüsselkompetenzen zum Curriculum. Lernkonzepte für eine zukunftsfähige Schule. 5. Empfehlung der Bildungskommission der Heinrich-Böll-Stiftung (Berlin 2003).

<sup>2</sup> Burk, Kh. (2006a). Zeit und Rhythmus in der Ganztagschule. In: Kh. Burk & H. Deckert-Peaceman (Hrsg.): Auf dem Weg zur Ganztags-Grundschule, Frankfurt a. M. : Arbeitskreis Grundschule, S. 31ff

vermitteln»<sup>3</sup>. Kinder und Jugendliche müssen lernen, persönliche Lernrhythmen mit den Anforderungen äußerer Zeitvorgaben abzustimmen. Eigenzeit und Fremdzeit sind Pole eines pädagogisch notwendigen Spannungsverhältnisses. Sie bezeichnen aber auch ein Dilemma, das eine pädagogische Antwort der ganzen Schule erfordert: das Dilemma zwischen linearen Zeitvorgaben und der biologisch-psychischen Zeit, der Eigenzeit der Schülerinnen und Schüler und ihrer Lehrkräfte.

Der vorgegebene engmaschige Stundentakt führt oft zu zum Verlust des eigenen Lerntaktes. Lernen verläuft aber nicht linear, sondern eher auf produktiven „Um“-Wegen. Wenn Schulen linearen Zeitkonzepten folgen, müssen sie in Kauf nehmen, dass sich die Auseinandersetzung mit Inhalten und Themen dem Diktat der Zeitbegrenzung beugen muss. Die ausschließliche Orientierung an einer scheinbar effektiven linearen Ausrichtung der Lerntakte führt zu einer mehr oder weniger passiven, ein-sinnigen, monotonen Lehr- und Lernkultur, in der die Schüler zum Empfänger und die Lehrkräfte zum Verkünder von Informationen reduziert werden. Die Lektionenschule im 45-Minuten-Takt bringt unnötige Unruhe und Beschleunigung in Lernprozessen. Sie verringert die Möglichkeiten für selbstgesteuerte und eigenverantwortliche Lernformformen, in denen die Schülerinnen und Schüler eigenen Fragen nachgehen und sich mit handlungsorientierten Lernaufgaben beschäftigen können (→ 6.4.).

### Abends wach und morgens müde?

Während der Pubertät wird das Hormon Melatonin (man nennt es auch „Wachmacher“-Hormon) täglich bis zu zwei Stunden später als sonst ausgeschüttet. Das ist der Grund weshalb jugendliche Schüler/innen abends viel länger aktiv sind und morgens nicht aus dem Bett kommen. Doch der Stundenplan vieler Schulen nimmt keine Rücksicht auf diese Rhythmusverschiebung nach hinten. Müde und unkonzentriert müssen sich die Schüler/innen in der ersten Stunde durch den Unterricht quälen.

Auch für die Lehrpersonen ist dieser Zustand sehr schwierig zu bewältigen, da die Aufmerksamkeit und Konzentration in den Morgenstunden sehr gering ist.

Mögliche Änderungen eines herkömmlichen Ablaufes für die Sekundarstufe 1 und 2 könnten sein:

- ▶ Gleitender Unterrichtsbeginn mit eigenständigen Lernphasen und Bewegungsmöglichkeiten
- ▶ Erste Stunde eine Bewegung, Sport und Spielstunde
- ▶ Erste Stunde eine Wiederholungsstunde – Klassenlehrerstunde
- ▶ Viele Bewegungs- und Sportstunden am Vormittag
- ▶ Regelmäßige Bewegungssequenzen im Unterricht (können müden Jugendlichen helfen, sich besser zu konzentrieren uvm)

### Größere Unterrichtsblöcke für selbstständiges Lernen

Wenn Kinder und Jugendliche in der Schule lernen sollen, das eigene Lernen zu gestalten und selber zu regulieren, dann brauchen sie dafür Freiräume und weitmaschigere Zeitgefäße. Selbstständiges, entdeckendes Lernen in wechselnden Sozialformen setzt einen flexiblen zeitlichen und räumlichen Rahmen voraus (Buddensiek 2008).

Schulen mit veränderten Zeitstrukturen gehen von den Ressourcen der Schüler und ihrer Lehrkräfte aus. Sie akzeptieren die „Eigenzeit“ als Lern- und Aneignungstakt der Individuen und geben damit Lernprozessen den notwendigen Raum. Eine produktive Lehr- und Lernkultur ist zwingend auf elastische Zeiträume angewiesen, in denen unterschiedliche Zugänge der Lehrenden und Lernenden ohne Zeitnot gelingen können

Erste Wege zur Veränderung im Schulalltag können folgende Perspektiven bieten:

- ▶ Reduzierung des Beschleunigungszwangs von Lernprozessen durch Abschaffung des 45 Minuten-Taktes und der Wechselfasen
- ▶ Entschleunigung zugunsten handlungsorientierten, sinnlich leiblichen Erlebens
- ▶ Auseinandersetzung mit fachlichen Kernthemen in längeren Lernzyklen organisieren
- ▶ Anspannung und Entspannung in ein ausgeglichenes Verhältnis bringen. Aktiv Balance halten.

---

<sup>3</sup> Ebenda, S. 31ff

- ▶ Lange Pausenzeiten, mindestens 25 Minuten, die aktive Erholung und Bewegung ermöglichen
- ▶ Gleitende Schulanfangszeiten
- ▶ Handlungsräume für freudvolles Lernen und Leben im Schulalltag durch zeitliche Elastizität ermöglichen und Schule als lebendigen Lern- und Lebensraum gestalten.
- ▶ Größere Unterrichtsblöcke für handlungs- und kompetenzorientiertes Lernen organisieren (→ 3.7, 6.1-6.4.).

Schulen der Sekundarstufen I und II mit einem ausgeprägten Fachlehrersystem stehen vor nicht geringen organisatorischen Schwierigkeiten, wenn sie diese Perspektiven umsetzen möchten. Wie können in Klassen, die von vielen verschiedenen Fachlehrpersonen unterrichtet werden, größere Unterrichtsblöcke für selbständiges Lernen organisiert werden?

## Modelle für Blockunterricht

Schüleraktivierende Lernformen lassen sich in einem Stundenplan, der einen ständigen Wechsel der Fächer und Schulzimmer vorsieht, schlecht realisieren. In seiner praxisorientierten Einführung in den Lern- und Wochenplanunterricht beschreibt Landwehr verschiedene Modelle für Blockzeiten im fächergegliederten Unterricht (Landwehr 1998<sup>4</sup>).

### Das Stundentausch-Block-Modell

|   |    | Kl. 3a | Kl. 3b |    |    |    |
|---|----|--------|--------|----|----|----|
|   | Mo | Di     |        | Mi | Do | Fr |
| 1 |    | D      | Ph     | T  |    | F  |
| 2 | D  | D      | Ph     | Gg | Z  | Mu |
| 3 | F  | Ph     | D      | Gg | Z  | M  |
| 4 | M  | Ph     | D      | Gs | D  | M  |
| 5 | E  |        |        | Gs | It | E  |

Unterrichtsblöcke von zwei oder vier Lektionen werden durch gegenseitigen Stundentausch gebildet.

Vorgehen:

1. Stundenplan-Paare bilden
2. Stundenplan: dieselben Fächer in zwei Klassen in getauschter Reihenfolge setzen
3. vereinbaren, in welchen Wochen das betreffende Fach als Blockunterricht unterrichtet werden soll (gleich lange Zeitspanne später in der anderen Klasse)

Bewertung:

- ▶ leicht durchzuführen, flexibel, im Kleinen realisierbar
- ▶ erleichtert fächerübergreifende Projektarbeit, Exkursionen, bewegende Unterrichtsgestaltung

### Das Pool-Blockmodell

|   | Mo | Di | Mi | Do | Fr         |
|---|----|----|----|----|------------|
| 6 | D  | F  | M  | Z  | Block-Pool |
| 7 | F  | D  | TW | Z  | Block-Pool |
| 8 | M  | It | TW | D  | Block-Pool |
| 9 | E  |    |    |    | Block-Pool |

Es wird ein Blockgefäß gebildet, an dem zwei oder mehr Fächer beteiligt sind.

<sup>4</sup> Norbert Landwehr: Schritte zum selbständigen Lernen. Sauerländer 1998, S. 108ff

Vorgehen:

1. Fächer und Anzahl Fachstunden festlegen, die sich am Pool-Blockgefäß beteiligen möchten
2. Festlegung des Blockumfangs (entsprechend der abgegebenen Jahresstunden)
3. Platzierung im Stundenplan
4. Berechnung und Verteilung der pro Fach zu erteilenden Unterrichtsblöcke
5. Erstellung eines Jahres- bzw. Semesterplanes für die Fächerbesetzung der Blockstunden zuhanden Schüler/innen

Bewertung:

- ▶ flexibel, im Kleinen realisierbar
- ▶ lädt ein zu fächer- und klassenübergreifenden Unterricht und zu Teamteaching
- ▶ Stundenplanung wird komplizierter (auch für die Eltern!)

### Das Phasen-Blockmodell

|   | Plan A                       | Plan B | Plan A | Plan B | Plan A | Plan B | Plan A | Plan B | Plan A | Plan B |
|---|------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|   | Mo                           |        | Di     |        | Mi     | Do     |        | Fr     |        |        |
| 1 |                              |        |        |        | M      |        |        |        | F      |        |
| 2 | F                            | D      | Gs     | T      | Gg     | M      | Mu     | Ph     |        |        |
| 3 | E                            | D      | Gs     | E      | Gg     | M      | Mu     | Ph     |        |        |
| 4 | D                            | M      | D      | Gs     | F      | F      |        | T      |        |        |
| 5 | D                            | M      | D      | Gs     | Gs     | T      |        | E      |        |        |
|   | Analoge Phasen am Nachmittag |        |        |        |        |        |        |        |        |        |

Während bestimmter Phasen abwechslungsweise doppelte Unterrichtsstunden/ Lektionenzahl bzw. Ruhephase

Vorgehen:

1. Schuljahr wird in bestimmte (gleich lange) Phasen eingeteilt (z.B. Semester, Quartal, Quintal)
2. festlegen, welche Fächer sich beteiligen am Phasenunterricht, welche nicht
3. Blockgefäße im Stundenplan verankern
4. festlegen, welche Fächer in welchen Phasen aktiv sind bzw. pausieren (Phasenplan für die Schüler erstellen)
5. Verfügbarkeit der Lehrpersonen sicherstellen (während Blockzeiten Unterricht an Klassen, die sich ebenfalls am Phasenunterricht beteiligen).

Bewertung:

- ▶ relativ komplexes Unterfangen; günstig bei Beteiligung vieler Klassen
- ▶ erlaubt Konzentration auf weniger Fächer und projektartiges Lernen
- ▶ es ist von Fach zu Fach zu entscheiden, ob für die Erreichung der Lernziele Kontinuität oder Intensität wichtiger ist

### Das Jahresstunden-Blockmodell

|   |    | Kl. 3a | Kl. 3b |    |    |    |
|---|----|--------|--------|----|----|----|
|   | Mo | Di     |        | Mi | Do | Fr |
| 1 |    | D      | Ph     | T  |    | F  |
| 2 | D  | D      | Ph     | Gg | Z  | Mu |
| 3 | F  | Ph     | D      | Gg | Z  | M  |
| 4 | M  | Ph     | D      | Gs | D  | M  |
| 5 | E  |        |        | Gs | It | E  |

Unterrichtsblöcke von zwei oder vier Unterrichtsstunden/Lektionen durch gegenseitigen Stundentausch bilden

Vorgehen:

1. Stundenplan-Paare bilden
2. Stundenplan: dieselben Fächer in zwei Klassen in getauschter Reihenfolge setzen
3. vereinbaren, in welchen Wochen das betreffende Fach als Blockunterricht unterrichtet werden soll (gleich lange Zeitspanne später in der anderen Klasse)

Bewertung:

- ▶ leicht durchzuführen, flexibel, im Kleinen realisierbar
- ▶ erleichtert fächerübergreifende Projektarbeit, Exkursionen

Die beschriebenen Modelle ermöglichen, einen Unterricht in längeren Unterrichtsblöcken zu gestalten. Sie zeigen pragmatische Wege auf, wie der 45-Minuten-Takt zugunsten großzügigerer Lernzeiten geöffnet werden kann. In den letzten paar Jahren sind in Pionierschulen jedoch auch Unterrichtskonzepte realisiert worden, die viel radikaler mit der herkömmlichen Zeit- und Raumorganisation der Schule brechen. Diese auch unter dem Namen des personalisierten Lernens bekanntgewordenen Ansätze wollen wir im Folgenden kurz charakterisieren.

## Modelle des Personalisierten Lernens

Personalisierte Lernkonzepte weichen teilweise deutlich von den klassischen Formen der Schul- und Unterrichtsorganisation ab und führen alternative Unterrichtsarchitekturen ein. Diese realisieren neue Formen der Unterrichtsorganisation mit variabel gestaltbaren Lernzeiten und flexibler Bildung von Schülergruppen.

Unterschiedliche Lernarrangements schaffen eine räumliche und zeitliche Lernumgebung, in der heterogene Gruppen von Lernenden sich engagieren, sich aktiv auseinandersetzen und wirkungsvoll kooperieren können. Dabei werden von vielen Pionierschulen des personalisierten Lernens folgende Lernarrangements eingesetzt: Offene Arbeitsformen (Lernteams), strukturierte Bereiche (Fachateliers), Wahlmöglichkeiten (Aktivs) sowie Projekte, Praktika und Specials (Müller 2013<sup>5</sup>).

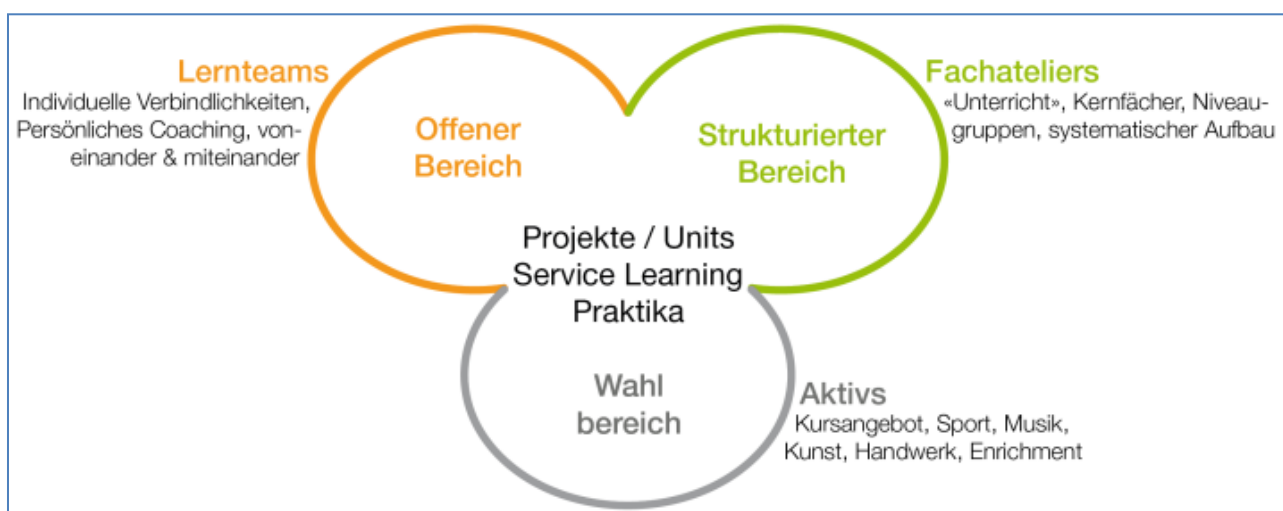


Abb. Unterschiedliche Lernarrangements für personalisiertes Lernen

Quelle: Andreas Müller: IQES online → Unterrichtsentwicklung → Institut Beatenberg

<sup>5</sup> Andreas Müller: Handbuch Personalisiertes Lernen. IQES online 2013

### Offener Bereich: Lernteams

Ein wesentlicher Teil der Arbeitszeit findet in offenen Arrangements – in Lernteams – statt. Die Lernenden arbeiten alters- und leistungsgemischt einzeln und/oder in Gruppen an individuellen Vorhaben und persönlich relevanten Zielen.

### Strukturierter Bereich: Fachateliers

Fachateliers bieten die Möglichkeit eines systematischen Aufbaus fachlicher Kompetenzen, insbesondere in sprachlichen und mathematischen Bereichen. Hier handelt es sich um eine Art von «Unterricht» in altersunabhängigen Niveaugruppen. Ziel dieser Arrangements ist ein handlungs- und anwendungsorientiertes Arbeiten in kooperativen Lernformen.

### Wahlbereich: Aktivs

Aktivs werden jene täglichen Arrangements genannt, die namentlich den sportlichen, kreativen, musischen und handwerklichen Interessen Rechnung tragen. Natürlich eignen sich auch viele weitere Themenbereiche (Naturwissenschaften, Sprachen, Psychologie, Politik und so weiter) zu einem bewegungsorientierten «Enrichment» des Programms.

### Projekte, Praktika und Specials

Übergreifend erweitern verschiedene Arten von Projekten, Praktika und Specials das Spektrum an Lernarrangements. Unterschiedliche wahlweise Angebote zu einem Thema setzen spezielle inhaltliche und methodische Akzente. Es bietet sich die Möglichkeit zu handlungsorientierten Aktivitäten außerhalb der üblichen Lernorte, ja sogar an Originalschauplätzen.

## Dem Lernen Raum und Zeit geben: das Beispiel der Sekundarschule Petermoos

Die Lernarrangements für eigenverantwortliches und selbstständiges Lernen sind unter verschiedenen Begriffen wie Lernlandschaften, Lernateliers, Lernteams oder Lernstudio bekannt geworden. Ihnen gemeinsam ist die Absicht, die Unterrichtsorganisation so zu verändern, dass die Lehrpersonen mehr Zeit für die einzelnen Schülerinnen und Schüler haben und dass diese individuell und gemeinsam lernen und arbeiten können. Die Sekundarschule Petermoos hat die räumlichen und zeitlichen Strukturen konkret so umgesetzt (Müller & Zollinger 2014<sup>6</sup>):

Je drei heterogene Klassen mit insgesamt rund 50 Schülerinnen und Schülern bilden zusammen eine Lernlandschaft. Die Lernlandschaft bietet verschiedene Lernorte und Lernzeiten für individuelles Lernen (Lernatelier), für projektartiges und kursorisches Arbeiten («Am Mittwoch ist alles anders») und für geführten Unterricht in den Fächern Deutsch, Französisch, Englisch, Mathematik sowie Mensch & Umwelt. Dort wird jeweils in zwei bis drei Lektionen im Gruppenraum die Grundlage für die individuelle Weiterarbeit im Lernatelier gelegt. Die Lernenden werden durch die im gleichen Raum anwesenden Lehrpersonen (Coaches) betreut.

### Lernlandschaft

Jeweils eine Gruppe von ca. 50 Schülerinnen und Schüler, die in drei heterogenen Klassen eingeteilt sind, bilden zusammen eine Lernlandschaft. Pro Jahrgang (ca. 100 Schüler/innen) hat die Schule zwei solche Lernlandschaften. In der ganzen Schule (ca. 300 Schüler/innen) gibt es total sechs Lernlandschaften.

Räumlich gliedert sich die Lernlandschaft für einen halben Schülerjahrgang folgendermaßen:

---

<sup>6</sup> Ueli Müller und Ralph Zollinger: Lernlandschaften an der Sekundarschule Petermoos. IQES online 2014

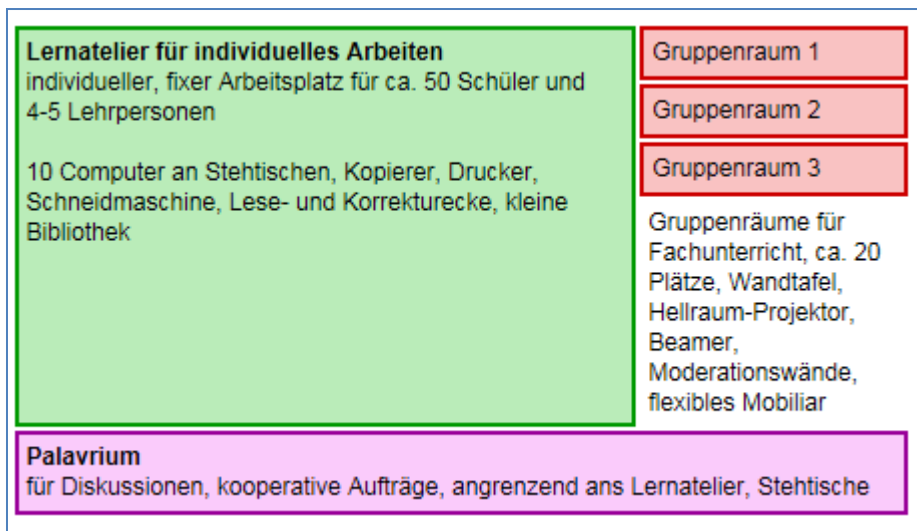


Abb. Lernlandschaft

Quelle: IQES online → Unterrichtsentwicklung → Sekundarschule Petermoos

### Unterrichtsorganisation

In den Fächern Deutsch, Französisch, Englisch, Mathematik sowie Mensch & Umwelt werden die Lernenden jeweils zwischen zwei und drei Lektionen im Gruppenraum durch die Lehrperson unterrichtet. Dort wird die Grundlage für die individuelle Weiterarbeit im Lernatelier gelegt, wo die Schülerinnen und Schüler durch ihre im gleichen Raum anwesenden Lehrpersonen (Coaches) betreut werden. Die Fächer Musik, Sport, Hauswirtschaft und Zeichnen werden in heterogenen Stammklassen unterrichtet. Dazu kommen Thementage mit Exkursionen und Projekten sowie wöchentliche Halbtage unter dem Motto «Am Mittwoch ist alles anders».

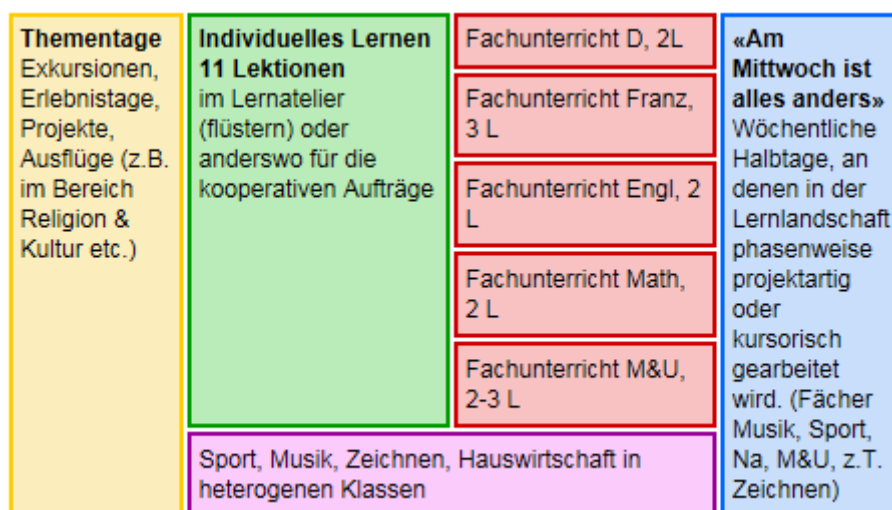


Abb. Zeitliche Strukturen

Quelle: IQES online → Unterrichtsentwicklung → Sekundarschule Petermoos

## Rhythmisierung des schulischen Ganztags

Da Kinder und Jugendliche in Ganztagschulen viele Stunden pro Tag verbringen, ist hier eine bewegungsorientierte Rhythmisierung besonders wichtig. Bewegte Pausen (→ 7.5) und ein reichhaltiges Angebot an Bewegungs-, Spiel-, Musik- und Sportgemeinschaften (→ 7.6.) bieten Chancen, das Schulleben der Schüler/innen in eine lernförderliche und bedürfnisgerechte Taktung zu bringen.

Studien<sup>7</sup> zur Praxis von Ganztagschulen zeigen, dass «es keine Ganztagschulen gibt, an denen keine Bewegungs- und Sportangebote im Tagesverlauf vorgesehen sind. Jedoch unterscheiden sich die Schulen hinsichtlich der Integration von Bewegung, Spiel und Sport im ganztägigen Tagesablauf: In der additiven Variante finden sich Bewegungsangebote nur außerhalb des formalen Unterrichts; hingegen wird beim integrativen Typ Bewegung auch als konstitutiver Bestandteil des Unterrichts in allen Fächern und der Schulorganisation berücksichtigt» (Stibbe 2014<sup>8</sup>).

|                                     | Integrativer Typ:<br>Bewegte Lebens- und Erfahrungsschule   | Additiver Typ:<br>Bewegung als Zusatzangebot  |
|-------------------------------------|---|---|
| Bezug zur Unterrichtsentwicklung    | Bewegte Schule als integraler Teil einer neuen Lernkultur<br>Die kooperative Unterrichtsentwicklung bezieht auch die Räume, die Lernzeit und die Unterrichtsgestaltung mit ein.   | Bewegung findet weitgehend außerhalb des Unterrichts statt und wird nicht als Teil einer neuen Lernkultur gesehen.  |
| Unterrichtsorganisation, Lernzeiten | Längere Unterrichtsblöcke, die selbstreguliertes Lernen zulassen<br>Unterschiedliche Lernarrangements schaffen eine elastische räumliche und zeitliche Lernumgebung für individuelle Lernrhythmen                         | Lektionenschule mit 45-min-Lektionen<br>Fächerorientierte Organisation des Unterrichts  |
| Lernen und Körper                   | Bewegung und Wahrnehmung werden als wichtige Medien des Lernens gesehen<br>Lernbegleitende und lernunterstützende Funktion körperorientierten Lernens wird genutzt  | Einseitige Betonung des kognitiven Lernens<br>Disziplinierung des Körpers zum Sitzen und Zuhören im Unterricht<br>Die Bewegungsbedürfnisse der Schüler werden missachtet, Konzentrationsprobleme der Schüler werden individualisiert<br>Sanktionierung nicht entsprechender körperlicher Verhaltensweisen |
| Bewegung im Unterricht              | Bewegungs- und Entspannungspausen dienen dazu Aufmerksamkeit, Wohlbefinden und Lernbereitschaft zu stärken<br>Lernen mit Bewegung und Lernen durch Bewegung ist integraler Bestandteil von Aufgaben und Unterrichtsformen | Meist Unterricht ohne Bewegung<br>Falls (selten) Bewegungspausen eingesetzt werden, dann als Kompensation von Aufmerksamkeitsdefiziten (kurze, angeleitete Bewegungspausen)   |
| Fächer                              | In allen Fächern wird Bewegung als Medium des Lernens eingesetzt<br>In allen Fächern werden überfachliche   | Strikte Trennung in Kopf- und Bewegungsfächer<br>Kopffächer = Stillsetzung des Körpers;   |

<sup>7</sup> Studie zur Entwicklung von Bewegung, Spiel und Sport in der Ganztagschule. StuBSS-Projekt, vergl. Böcker, P. & Laging, R. (2010). Ganztagschule – Mehr Zeit für Bildung. In: P. Böcker & R. Laging (Hrsg.): Bewegung, Sport und Spiel in der Ganztagschule – Schulentwicklung, Sozialraumorientierung und Kooperationen (S. 9-12), Baltmannsweiler: Schneider; Rainer Hildebrandt-Stramann: Zeit- und Raumkonzepte in der bewegten Ganztagschule. Rhythmisierung und körperliche Aufführungspraxis in der Schule. Schneider Verlag Hohengeren: Baltmannsweiler (2010), S. 83-84

<sup>8</sup> Stibbe, G. (2014). Bewegung, Spiel und Sport in der Schule: Rahmenbedingungen und Probleme der Bildungsarbeit im Kontext der Schulentwicklung. In: Aschebrock, H., Beckers E. & Pack, R.-P. (2014). Bildung braucht Bewegung. Vom Bildungsverständnis zur Bildungspraxis im Kinder- und Jugendsport. Aachen: Meyer & Meyer Verlag. S. 114



|                   | Lernkompetenzen gefördert   | Bewegung = Bewegung nach Aufforderung   |
|-------------------|---|---|
| Bewegung und Raum | Schule als Lern- und Lebensraum<br>Pädagogische Sicht des Lernraumes:<br>Vielfältiger Bewegungsraum<br>Naturbelassenes Außengelände<br>Weitere Handlungsspielräume der Schüler in der Nutzung des Raumes<br>Ruhe- und Entspannungsräume | Klare Trennung in Bewegungs- und Lernräume;<br>Außenraum = Bewegungsraum; Sportraum = sportiver Bewegungsraum; Innenraum = Immobilitätsraum<br>Sport unterstützt Raumangebot;<br>Sportprofilierung, ansonsten<br>Bewegungsunwirklichkeit der Schulräume |

Tab. : Bewegungsorientierte Ganztageseschultypen (nach: Stibbe 2014; Hildebrandt-Stramann 2010<sup>9</sup>)

- 4.6 Merkmale einer pädagogischen Architektur der Bewegten Schule
- 6.4 Bewegend unterrichten – Aufgaben und Methoden für bewegtes aktives Lernen
- 7.1 Kinder- und lernfreundliche Schularchitektur
- 7.2 Bewegungsfreundliche Schulräume und Klassenzimmer
- 7.3 Nutzung von «Zwischenräumen» für Bewegung und Entspannung
- 12.2 Volksschule 5 Wels-Mauth
- 12.3 Bewegte Schule Pram

## Sicherung des Sportunterrichts und weiterer Bewegungszeiten im Schulleben

Die Kürzung des in den Rahmenstundentafeln vorgesehenen Umfangs oder der Ausfall des Sportunterrichts<sup>10</sup> bzw. außerunterrichtlicher Bewegungsangebote und -möglichkeiten gehört offenkundig zum Alltag vieler Schulen. Zum schulischen Alltag gehört zudem, dass die Schule den Schülerinnen und Schülern durch das Stillsitzen im Unterricht und bei den Hausaufgaben gravierende Bewegungseinschränkungen zumutet.

«Bewegungsförderung und Bewegungserziehung gehören zum Bildungsauftrag der Schule. Sportunterricht ist ebenso Teil davon wie weitere bewegungsfördernde Aktivitäten im Schulalltag in einem bewegungsfreundlichen Umfeld» (Erziehungsdirektoren-Konferenz 2005)<sup>11</sup>.

In einer *Bewegten Schule* sind die notwendigen schulorganisatorischen Entscheidungen der Schulleitung und des Kollegiums von der Absicht bestimmt, mehr Bewegung in das (Schul-) Leben von Kindern und Jugendlichen zu bringen. Hierzu gehören die Sicherung des Sportunterrichts und weiterer Bewegungszeiten im Schulleben!

Die Kürzung des Sportunterrichts erfolgt häufig aus personellen (fehlende Sportlehrkräfte) und organisatorischen Gründen (z.B. mehrstündige Klassenarbeiten bzw. Klausuren). Dagegen sollte und kann man in einer *Bewegten Schule* etwas tun, z.B.:

- ▶ Bei der Einstellung von Lehrkräften den Bedarf an Sportlehrkräften berücksichtigen,
- ▶ beim Einsatz der Lehrkräfte den Bedarf für den Sportunterricht decken,
- ▶ beim Ausfall einer Sportlehrkraft die Vertretungsstunde als «Bewegungsstunde» durchführen,

<sup>9</sup> Rainer Hildebrandt-Stramann beschreibt in einer breit angelegten empirischen Studie vier bewegungsorientierte Ganztageseschultypen: (1) die Sportorientierte Leistungsschule, (2) Bewegungsorientierte Unterrichtsschule, (3) die Bewegungsorientierte Lernschule und (4) die Bewegungsorientierte Lebens- und Erfahrungsschule. In der obenstehenden Tabelle haben wir diese vier Grundformen zu zwei Typen zusammengefasst. vergl. Hildebrandt-Stramann: Zeit- und Raumkonzepten in der bewegten Ganztageschule. Rhythmisierung und körperliche Aufführungspraxis in der Schule. Schneider Verlag Hohengeren: Baltmannsweiler (2010), S. 83-84

<sup>10</sup> Die rechtliche Situation ist in den deutschsprachigen Ländern unterschiedlich. In der Schweiz beispielsweise sind wöchentlich 3 Stunden Sport- und Bewegungsunterricht per Gesetz vorgeschrieben. Wer kürzt, handelt gegen das Gesetz. Dass Sportunterricht ausfallen kann, kommt natürlich auch in solchen Ländern vor, in denen regelmäßiger Sportunterricht gesetzlich gesichert ist.

<sup>11</sup> Bewegungserziehung und Bewegungsförderung in der Schule. Erklärung der Schweizerischen Erziehungsdirektoren-Konferenz vom 28. Oktober 2005

- ▶ beim Ausfall einer Sportstunde wegen einer mehrstündigen Klassenarbeit Kompensationsmöglichkeiten in anderen Unterrichtszeiten schaffen.

Außerunterrichtliche Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote und -möglichkeiten finden oftmals aus personellen und organisatorischen Gründen nicht statt. Dies muss nicht zwangsläufig so sein.

- ▶ Manche Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote können vor- oder nachgeholt werden.
- ▶ In den weiterführenden Schulen sind viele Schülerinnen und Schüler bereit und in der Lage, Bewegungsaktivitäten zu arrangieren oder sogar Sportangebote zu leiten (z.B. Schulsportgemeinschaften).
- ▶ Die regelmäßige Ausbildung von Sporthelferinnen und Sporthelfern ermöglicht einen vielfältigen Einsatz zur Sicherung außerunterrichtlicher Bewegungsangebote.

## Tägliche Bewegungszeiten

Bewegung, Spiel und Sport, Tanz und Musik werden erst dann nachhaltig wirksam, wenn sie mehrmals in der Woche, nach Möglichkeit sogar täglich in der einen oder anderen Form, angeboten werden. Dies gilt ganz besonders für Schülerinnen und Schüler der Primarstufe und der Eingangsklassen der Sekundarstufe I. Eine bewegungsfreundliche Schulorganisation eröffnet dafür besondere Chancen.

Zunächst und vor allem gilt es, das Recht der Kinder und Jugendlichen auf Pausen zu sichern und Pausenzeiten zu respektieren. Nur dann kann ein Anspruch auf tägliche Bewegung in der Pause verwirklicht werden. Darüber hinaus können flexible Pausenzeiten sicherstellen, dass dem Bewegungsbedürfnis der Schülerinnen und Schüler situationsgerecht entsprochen werden kann. Das kann bedeuten:

- ▶ Pausen nicht an das gängige 45-Minuten-Raster zu binden,
- ▶ Pausen bei Bedarf auch einmal zu verlängern, z.B. wenn besondere unterrichtliche Anforderungen an die Konzentration gestellt wurden und Bewegungsbedürfnisse erkennbar werden,
- ▶ Pausen an Tagen ohne Sportunterricht oder außerunterrichtlichen Schulsport für eine längere Bewegungszeit zusammenzufassen,
- ▶ In größeren Unterrichtsblöcken (z.B. 65-Minuten-Raster) systematisch Bewegungspausen einplanen.

Die Planung der Zeiten für Sportunterricht und außerunterrichtliche Angebote kann ein Sport- und Bewegungsangebot an allen Wochentagen sichern helfen. Dazu gehören,

- ▶ den Sportunterricht entsprechend den Rahmenstundentafeln im vorgesehenen Umfang zu verwirklichen,
- ▶ den Sportunterricht möglichst in Einzelstunden durchzuführen,
- ▶ außerunterrichtliche Angebote für Bewegung und Körpererfahrung, Spiel und Sport, Musik und Tanz möglichst über mehrere Wochentage zu verteilen.

Zusätzliche Chancen für tägliche Bewegungszeiten bieten sich z.B. durch folgende Maßnahmen:

- ▶ Schulen, die einen «offenen Schulbeginn» praktizieren, sollten vor dem eigentlichen Unterrichtsbeginn auch Bewegungsangebote machen.
- ▶ Im Rahmen erweiterter Angebote der Schulen im Ganztagsbetrieb können Gelegenheiten für ein regelmäßiges tägliches Bewegen geschaffen werden. Dafür sollten auch die Möglichkeiten genutzt werden, Unterstützung durch außerschulische Partner (z.B. Sportvereine) zu gewinnen. Dies muss in Übereinstimmung mit dem pädagogischen Auftrag von Schule erfolgen.
- ▶ Für ältere Schülerinnen und Schüler kann es sinnvoll sein, Zeit und Raum für selbstständig durchzuführende Bewegungsaktivitäten zu geben, z.B. in Form eines im Sportunterricht entwickelten Programms «Bewegungspause am Arbeitsplatz Schule».

## Maßnahmen zur Verwirklichung täglicher Bewegungszeiten

|  |                                 |
|--|---------------------------------|
| Mit Pausenzeiten flexibel umgehen  | > Primarstufe / Sekundarstufe I |
| Die in den Rahmenstundentafeln für die jeweilige Schulform vorgesehene Zahl der Sportstunden vollständig erteilen                                  | > alle Schulstufen              |
| Den Sportunterricht in Einzelstunden erteilen  | > Primarstufe / Sekundarstufe I |
| Für alle Schülerinnen und Schüler ein möglichst breites Spektrum an Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten über mehrere Tage verteilt bereitstellen | > alle Schulstufen              |
| Bewegungsangebote als feste Bestandteile von Ganztagsbetreuung oder Ganztagsbetrieb sichern  | > alle Schulstufen              |