

Max Schmidt (Hrsg.)

Erfolgreiche Schulleitung

Know-how für eine bessere Schule

Ausgabe: 08

Thema: Aktives Schulleben

Titel: Eine Schule in Bewegung - Bewegungskonzepte mit Pausenhofgestaltung und Bewegung im Unterricht (18 S.)

Produkthinweis

Der vorliegende Beitrag ist Teil einer Printausgabe des Standardwerkes „**Erfolgreiche Schulleitung**“. Dieses Handbuch liefert erprobte Konzepte, Maßnahmen und Problemlösungen, die die Schulqualität deutlich verbessern. Das Werk berät in allen Fragen der Schulleitung und Qualitätsentwicklung und bietet mit Beispielen, Checklisten, Schritt-für-Schritt-Anleitungen, Tests und Erfahrungsberichten eine konkrete Hilfestellung für die Schulpraxis.

▶ Alle Beiträge dieser Ausgabe finden Sie [hier](#).

Nutzungsbedingungen

Die Materialien dürfen nur persönlich für Ihre eigenen Zwecke genutzt und nicht an Dritte weitergegeben bzw. Dritten zugänglich gemacht werden. Sie sind berechtigt, für Ihren eigenen Bedarf Fotokopien zu ziehen, bzw. Ausdrucke zu erstellen. Jede gewerbliche Weitergabe oder Veröffentlichung der Materialien – auch auszugsweise – ist unzulässig.

▶ Die vollständigen Nutzungsbedingungen finden Sie [hier](#).

Haben Sie noch Fragen? Gerne hilft Ihnen unser Kundenservice weiter:

[Kontaktformular](#) | ✉ Mail: service@olzog.de
✉ Post: OLZOG Verlag | c/o Rhenus Medien Logistik GmbH & Co. KG
Justus-von-Liebig-Str. 1 | 86899 Landsberg
☎ Tel.: +49 (0)8191/97 000 220 | 📠 Fax: +49 (0)8191/97 000 198
www.olzog.de | www.edidact.de

Dass Kinder sich bewegen wollen und müssen, ist allen bekannt. Dennoch ist es ein weiter Weg dahin, diese Erkenntnis konzeptionell und planerisch zu entwickeln und die Schule, besonders die Pausenhöfe, umzubauen. Was in vielen Fällen Einzelaktion bleibt oder gar nur zu einem kleinen Bewegungselement (Tischtennisplatte) reicht, hat in diesem Falle eine ganze Schule bewegt: Auch der Unterricht wurde mit Bewegung bereichert und in den Pausen können sich die Unterstufenschüler an vielen Geräten versuchen und zu Spielen zusammentun. Dazu haben die Studenten einer nahen Fakultät als Mitstreiter des Projekts eine Übungssammlung für Bewegungspausen zusammengetragen. Sie finden in dem Beitrag jedoch nicht nur die Freuden des Aufbruchs zu einem neuen Ziel, sondern auch die „Mühen der Ebene“, d.h. der Anstrengungen, den Impuls zur bewegten Schule lebendig zu erhalten.

Bericht aus der Praxis

1 Kurzbeschreibung:

Seit Beginn des WS 2004/2005 betreuen Prof. Dr. Jürgen Schröder vom Institut für Sportwissenschaften der Universität Göttingen und Herr Rainer Köster, Lehrkraft am OHG, die auf mehrere Semester angelegte Projektveranstaltung „Bewegte Schule“ am OHG in Zusammenarbeit mit dem Sportinstitut Göttingen. Herr Schröder verfügt über umfangreiche Erfahrungen mit einer bewegungsfreundlichen Schule und war verantwortlich für die wissenschaftliche Begleitung des Projektes „Niedersachsen macht Schule durch Bewegte Schule“. Die praktische Umsetzung einer Bewegten Schule an einem Gymnasium ist insofern eine neue und besondere Herausforderung, als bislang die „Bewegte Schule“ hauptsächlich eine „Bewegte Grundschule“ gewesen ist. Die Studierenden arbeiten in den Räumen des OHG, um die „Bewegte Schule“ langfristig mit ihren verschiedenen Bausteinen dort zu implementieren. Neben der „Bewegungspause im Unterricht“, die inzwischen mit Schülerinnen und Schülern in allen Klassen der Jahrgangsstufen 5 bis 7 in einer ersten Phase ausprobiert wurde, bildet die Arbeitsgruppe „Umgestaltung der Pausenhöfe“ den aktuell zweiten großen Schwerpunkt dieses Projektes. Weitere Schwerpunkte markieren Gruppen von Studierenden, die sich mit „aktiven Klassenfahrten“ sowie mit bewegtem Unterricht beschäftigen. Aufgrund der mangelnden personellen Kapazitäten läuft die Projektveranstaltung der Studierenden mit dem SS 2007 aus, so dass das OHG künftig die Umsetzung einer bewegungsfreudigen Schule selbstständig fortführen wird.

2 Ziele:

- Gelegenheit für die Schülerinnen und Schüler bieten, ihrem Bewegungsdrang nachzugehen
- neue Bewegungserfahrungen zulassen und Bewegungssicherheit entwickeln (Unfallprävention)
- ein Feld für vielfältige soziale Erfahrungen bieten
- aktive Entlastung und Erholung vom Unterricht ermöglichen
- zur Freude an der Schule und Identifikation mit ihr anregen

3 Vorgehensweise:

Schritt 1:

Zu Beginn des Schuljahres 2004/2005 waren die ersten 5. und 6. Klassen an der Schule. Lehrkräfte und Schulleitung waren sich einig, dass die Schule sich verändern müsse, um ihrem Bewegungsdrang gerecht zu werden.

Schritt 2:

Auf Initiative von Prof. Dr. Jürgen Schröder, Institut für Sportwissenschaften (IFS) der Universität Göttingen, wurde in Absprache mit dem Schulleiter des OHG vom WS 2004/2005 an das Projekt „Bewegte Schule – OHG“ unter der Leitung von Prof. Dr. Schröder und OStR Rainer Köster vom OHG eingerichtet. Prof. Schröder hatte über mehrere Jahre ein Projekt des Landes Niedersachsen zur Umwandlung von Grundschulen in „Bewegte Schulen“ wissenschaftlich begleitet.

Schritt 3:

In einer Gesamtkonferenz im Herbst 2004 wurde das Konzept der „Bewegten Schule“ dem Kollegium vorgestellt.

Schritt 4:

Die Studierenden des IFS halfen im Zuge dieses Projekts mit, die „Bewegte Schule“ mit den Bausteinen „Bewegungspausen“ und „Pausenhofgestaltung“ am OHG einzuführen.

Schritt 6:

Die Planungsphase für die **Pausenhofgestaltung** begann im Herbst 2004 und bestand

- in der Bedarfsermittlung durch die Befragung der Schüler,
- in der Erstellung eines Konzepts für Bewegungsbeispiele für Unterrichtspausen,
- in der Abstimmung von Vorstellungen zur Umgestaltung der Pausenhöfe,
- in der Zusammenstellung der erforderlichen Umbaumaßnahmen und Einrichtungen für die Pausenhöfe,
- in einer Berechnung der erforderlichen Mittel,
- in Verhandlungen und Planungen zur Beschaffung dieser Mittel.

Schritt 7:

Zeitgleich wurden die nötigen Schritte unternommen, um Bewegungspausen in der Schule zu verankern:

- In einer Gesamtkonferenz (Herbst 2004) wurden Bewegungsbeispiele für Bewegungspausen vorgestellt.
- Erprobte Übungen wurden in schulinternen Lehrerfortbildungsveranstaltungen vermittelt.
- Vom Frühjahr 2005 an wurde in zwei 6. Klassen mit der Bewegungspraxis begonnen.
- Inzwischen wurde eine Spiele- und Übungssammlung erstellt und allen Kolleginnen und Kollegen ausgehändigt.
- Im Schuljahr 2005/06 wurden in mehreren 6. Klassen „Bewegungslotsen“ ausgebildet, die in der Lage sind, Bewegungspausen anzuleiten.
- im Schuljahr 2006/07 wurden in allen 5. Klassen „Bewegungslotsen“ ausgebildet.

Schritt 8:

Die Finanzierung wurde gesichert (z.B. Sponsorenlauf Juni 2005 mit € 27.000,-). Die Baumaßnahmen in den Höfen begannen (August bis Oktober 2005).

Schritt 9:

Seit dem Frühjahr 2006 stehen die Pausenhöfe für die verschiedenen Bewegungs- und Ruhebedürfnisse zur Verfügung.

Schritt 10:

Im Schuljahr 2006/07 wurden in allen 5. Klassen „Bewegungslotsen“ ausgebildet. Die beteiligten Klassen bekommen einen Ordner mit laminierten Folien mit Bewegungsspielen zum Verbleib im Klassenzimmer.

Zur Durchsetzung der Bewegungspausen sind ständig weitere Anstrengungen nötig. Sie reichen von intensiver Ausbildung der Bewegungslotsen (in den 6. Unterrichtsstunden) bis zur Plakatierung und Aufforderung an die Lehrkräfte.

Das Projekt wurde in mehreren Phasen evaluiert.

4**Gestaltung:****Rahmenbedingungen**

Mit der Umsetzung der Schulreform in Niedersachsen und der Eingliederung der ehemaligen Orientierungsstufen (Klassen 5 und 6) in die Gymnasien haben sich auch für das OHG neue Herausforderungen im Umgang mit dieser neuen Schülergeneration ergeben. Im Schuljahr 2004/2005 waren die ersten Fünft- und Sechstklässler an der Schule. Ihr Bewegungsdrang, verstärkt durch die mit dem Unterricht verbundenen Stillsitzzwänge, bewirkten derartige Unruhe, dass dem Kollegium sehr bald klar war, dass Veränderungen unausweichlich sind.

Idee

Herr Köster brachte das Modell einer „Bewegten Schule“ ins Gespräch, das von der Schulleitung aufgegriffen wurde. Dieses Modell sollte dabei helfen, dem Bewegungsbedürfnis der Unterstufe gerecht zu werden. Bewegungspausen während des Unterrichts und eine Pausenhofgestaltung mit Bewegungsmöglichkeiten sind die beiden tragenden Säulen einer bewegungsfreudigen Schule. Man war sich frühzeitig einig, diese beiden Bausteine der „Bewegten Schule“ zusammen zu implementieren. In diese Phase der Meinungsbildung wurde frühzeitig das Kollegium einbezogen. Durch die Erfahrungen mit den „neuen wilden“ fünften Klassen war der Boden bereitet für eine positive Aufnahme der vorgetragenen Ideen zur „Bewegten Schule“.

Bewegungspausen

Bewegungspausen sollten den Unterricht auflockern, sie können aber auch die Kurzpausen zwischen den einzelnen Unterrichtsstunden nutzen.

Der Unterricht wird nach etwa 25 Minuten für eine kurze Zeitspanne unterbrochen, in der den Kindern unter Anleitung die Möglichkeit zu Bewegungs- und Entspannungsübungen