

II.61

Personal zukunftsorientiert führen

Bewegung in die Ganztagschule – Ganztagschulen in Bewegung

Rainer Hildebrandt-Stramann, Professor für Sportwissenschaft und Bewegungspädagogik



© RAABE 2019

© Getty Images Plus

Neue schulreformerische Bewegungen wollen Ganztagschulen als einen Lern-, Lebens- und Erfahrungsort von Kindern zu verstehen. In diesem Verständnis spielt Bewegung eine entscheidende Rolle. Diese wichtige Bedeutung wird in fünf ganztags schulspezifischen Handlungsfeldern anschaulich erläutert: Bewegungsverständnis, Rhythmisierung des Schultags, Bewegung und Unterricht bzw. Bewegung und Lernen, Schulraum als Bewegungsraum und Bewegungsangebote und Bewegungs-k Kooperationen.

KOMPETENZPROFIL

Zielgruppe:	Schulleitungen, Lehrkräfte, Referendare
Schlüsselbegriffe:	Bewegtes Lernen, Rhythmisierung, bewegter Unterricht, Lernformen, Bewegungsverständnis, Lernphasen
Einsatzfeld:	Im Schulalltag
Thematische Bereiche:	Schulkultur, Schulentwicklung, Unterrichtsentwicklung
Zusätzliche Medien:	2 Abbildungen

Inhaltsverzeichnis

1.	Ganztagsschulen in Bewegung – Bewegung in die Ganztagsschule	3
2.	Aktivitäten rund um das Thema „Bewegung“	4
	Abb. 1 Rhythmisierung des Schultages in einer Ganztagsschule	6
	Abb. 2 Ebenen des Bewegten Lernens nach Laging (2008)	7
3.	Sechs erste Schritte entstehen beim Gehen	9
4.	Fazit – das Wesentliche auf einen Blick	10
5.	Literatur und weiterführende Informationen	11

1. Ganztagschulen in Bewegung – Bewegung in die Ganztagschule

Die Überschrift macht auf zwei Richtungen aufmerksam, die die aktuelle Schulentwicklung bestimmen. Zum einen sagt sie aus, dass Schulen in Bewegung sind. Mit dieser Richtung soll Bezug genommen werden auf die aktuellen strukturellen Entwicklungen im bundesdeutschen Schulwesen, die in den letzten 13 Jahren mit der Entwicklung hin zu Ganztagschulen sichtbar werden. Zum anderen zeigt die Überschrift an, dass an diesen Schulentwicklungsprozessen die Bewegungspädagogik in zunehmendem Maße beteiligt ist. Ich werde im Folgenden beide Perspektiven erläutern, wobei der Schwerpunkt der Ausführungen sich eindeutig auf die zweite Perspektive bezieht.

Ganztagschulen in Bewegung

Seit dem die Bundesregierung mit dem 2003 aufgelegten Investitionsprogramm „Zukunft, Bildung und Betreuung“ (IZBB) die Einrichtung und Entwicklung von Ganztagschulen gefördert hat, hat sich die Anzahl der Ganztagschulen in der BRD drastisch erhöht, auch wenn man hinsichtlich der Verteilung der Ganztagschulen auf die verschiedenen Schularten deutliche Länder- und Schulspezifische Unterschiede erkennen kann.

Inzwischen hält jede zweite allgemeinbildende schulische Verwaltungseinheit ein Ganztagsangebot vor (vgl. KMK 2012, S. 2). Ganztagschulen, so kann man zusammenfassend feststellen, entwickeln sich zunehmend zu einem bundesweiten Regelangebot. Das trifft auch für die Grundschulen zu. Auch wenn die meisten Grundschulen in Deutschland als sog. offene Ganztagschulen organisiert sind, so zeigt die reale Ganztagschullandschaft eine Vielfalt an Organisationsformen, die die formale Unterscheidung in offene, teilgebundene und gebundene Konzepte fraglich erscheinen lassen.

Wie kommen Ganztagschulen in Bewegung?

Ganztagsgrundschulen kommen grundsätzlich erst dann in Bewegung, wenn Schulleiter und Lehrkräfte sich mit dem Schulprofil einer **Bewegten Schule** identifizieren können und auch bereit sind, Verantwortung zu übernehmen. Die wichtigste Entwicklungsarbeit und zugleich der entscheidendste Hebel, um mehr Bewegung in die Schullandschaft zu bringen, sind die Stärken der Lehrkräfte anzusprechen und die Ressourcen der Lehrkräfte zurechtzulegen und zu beziehen. Städtler (2016, S. 22) nennt das „Schatzsuche statt Fehlerfahndung“. Ein weiterer wichtiger Schritt ist, Verantwortung an das Lehrerkollegium abzugeben. Das setzt voraus, dass der Schulleiter/die Schulleiterin dem Lehrerkollegium vertraut (Schulleiter*in) und Kolleg*in sollten eine Steuergruppe „Bewegung in die Ganztagschule“ einrichten, der ein gewichtiger Teil der typischen Schulleitertätigkeiten übertragen wird. Die Steuergruppe arbeitet mit dem Auftrag, „alle Aktivitäten rund um das Thema Bewegung zu stützen und sie in das schuleigene Programm zu überführen“ (Städtler, 2016, S. 23).

Bewegung in die Ganztagschule

Verfolgt man die Literatur zur Entwicklung von Ganztagschulen, kann man feststellen, dass Bewegung sich mit einer das Ganztagschulkonzept tragenden Säule entwickelt hat. In der Tat müssen sich Ganztagschulen die Frage stellen, wie sie das größere Zeitbudget zur Umsetzung des schulischen und außerschulischen Bildungsauftrags allgemein und zur Integration von Bewegung in den Ganztags nutzen können.

Bewegungspädagogik gewinnt Relevanz

Ganztagschulen werden zum Regelangebot

Ressourcen der Lehrkräfte mobilisieren

Bewegung als tragende Säule

Bewegung systematisch in den Unterricht integrieren

2. Aktivitäten rund um das Thema „Bewegung“

Ganztagsschulen müssen im Sinne eines verantwortlichen Umgangs mit Körper und Bewegung planen, von welchem Bewegungsverständnis sie ausgehen, wie der Schultag mit Bewegung rhythmisiert, mit nicht formellen Bewegungsaktivitäten in den Pausen gestärkt, mit ganztägigen Sport- und Bewegungsangeboten, auch in Kooperation mit außerschulischen Einrichtungen wie dem Sportverein, gestaltet werden und darüber hinaus wie Bewegung in jedem Unterricht einen Platz bekommen kann. Im Folgenden werden diese fünf Themen diskutiert: Bewegungsverständnis, Rhythmisierung des Schultags, Bewegung und Unterricht/Bewegung und Lernen, Bewegung und Schulraum sowie Kooperation von Schule und außerschulischen Bildungseinrichtungen.

Bewegungsverständnis: Sich bewegende Kinder sehen

Wenn Bewegung im Zentrum der Schulentwicklung steht, kommt es darauf an, das Bewegungsverständnis zu klären. Bewegung ist für Kinder nicht nur ein anthropologisches Grundbedürfnis, sondern auch eine grundlegende Weise des Weltzugangs. Über Bewegung bewegen sie ihre jeweils unterschiedlichen Lebensräume in Erfahrung und deuten sie als Bewegungsräume. So werden Traktorreifen oder Baumstämme auf einem Schulhof Räume zur Erprobung des Gleichgewichts, der Baum ein Raum zur Erprobung der Stütz- und Ziehkräfte und – beim Klettern in die Höhe – zur Erprobung des eigenen Muts. Insofern ist Bewegung ein wesentlicher Bestandteil für die Entwicklung von Kindern. Die Bewegungsaktivitäten sind in ein Lebensgeschehen eingebunden, das mehr bedeutet als die äußerlich beobachtbare Motorik und messbare Fitness. Wir haben es nicht mit einer isolierbaren Bewegung zu tun, sondern immer mit sich bewegenden Menschen. Im Bewegungsvollzug zeigt sich das menschliche Leibverhältnis zur Welt, ihm liegt ein relationales Menschenbild zugrunde, das Bewegung als Begegnung mit der Welt versteht.

Bewegung als Form der Weltbegegnung

Mit dem Verständnis von Bewegung als einer besonderen Form der „Weltbegegnung“ ist eine Vorstellung von Bewegung als leiblich-sinnlicher Erfahrungsmöglichkeit verbunden, die Bewegung als ein eigenes Erkenntnismedium versteht. Vor dem Hintergrund eines solchen Verständnisses wird deutlich, dass die Notwendigkeit von Bewegung in der Ganztagsgrundschule nicht nur kompensatorisch zur Vermeidung der Belastungen eines Schultages, zur Auflockerung eines ungesunden Sitzunterrichts oder als Ausgleich zu fehlenden Bewegungsaktivitäten in Sportvereinen gesehen, sondern als Medium zur konstruktiven Gestaltung eines Lebens- und Bewegungsraumes „Schule“ verstanden wird. Mit Bewegung kann man einen Schultag rhythmisieren, formelles und informelles Lernen fördern, Schulräume erschließen und Schule durch entsprechende Angebote und Kooperationen insgesamt gestalten.

Rhythmisierung eines Tagesablaufs

Tagesablauf neu strukturieren

Eine Ganztagschule kommt auf Grund der verlängerten Schulzeiten nicht umhin, ihren Tagesablauf zeitlich zu strukturieren. Die Rhythmisierung der Schulzeit unter verschiedenen Gesichtspunkten ist dabei eine Form des pädagogischen Umgangs mit Zeit. Ich unterscheide in Anlehnung an Burkhardt (2006) zwischen dem Tagestakt und der äußeren und der inneren Rhythmisierung.

- Der Tagestakt meint dabei die rahmengebende Tagesstruktur, wie z. B. 45- oder 90-Minuten-Einheiten, Pausenzeiten etc.
- Der Begriff „**Rhythmisierung**“ steht für die zeitliche Unterrichts- und Lerninszenierung. Dabei wird zwischen einer äußeren und einer inneren Rhythmisierung unterschieden. Unter einer äußeren Rhythmisierung wird die zeitliche Strukturierung der vorgegebenen Unterrichtsblöcke durch die Lehrer(innen) für die gesamte Lerngruppe verstanden. Dazu gehören

- z. B. der Wechsel zwischen verschiedenen Unterrichtsmethoden und verschiedenen Lernsituationen, zwischen gelenkten und freien Unterrichtsphasen und der Einsatz von Bewegungspausen.
- Unter einer **inneren Rhythmisierung** versteht man die zeitliche Gestaltung von Lernprozessen durch das Kind selbst.
 - Der **interne Rhythmus** ist der Lernrhythmus, dem der Lernende auf der Grundlage seines individuellen Lerntempos folgt.

In den meisten Ganztagschulen findet man eine Taktung in Doppelstunden vor (vgl. Abbildung 1). Diese Doppelstundentaktung ermöglicht eine äußere Rhythmisierung, zu der zum Beispiel der Wechsel zwischen verschiedenen Unterrichtsmethoden und Lernsituationen, zwischen gelenkten und freien Unterrichtsphasen gehört. In reformpädagogisch arbeitenden Ganztagschulen gibt es fast gar keine zeitliche Vorstrukturierung des Schultags. Hier erfolgt die Rhythmisierung auf der Grundlage der individuellen Themenwahl und Themeneinwanderung durch die Schüler(innen). Der Rektor der Bodensee Grundschule, Paul Hinz, hat das Prinzip der Rhythmisierung in dem Film „Treibhäuser der Zukunft“ einfach, aber treffend beschrieben: „Man lege beim Schmiedenschen Hammer ein Tuch zwischen Klöppel und Glocke – und schon ist die Klinge und damit das Mittel für eine zeitliche Taktvorgabe bzw. Taktung des Schultags ausgeschaltet. Und diese Maßnahme kostet noch nicht einmal etwas“ (Kahl, 2004).

Phasen des Lernens

Lernen verläuft in der Regel nicht linear, sondern eher auf produktiven Umwegen. Deshalb ist der Lernweg als ein ständiger Wechsel von Phasen des konzentrierten Lernens mit Phasen der Entspannung und Bewegung zu planen. Diese ermöglichen dem Kind die Entfaltung eines individuellen Eigenrhythmus (innere Rhythmisierung), indem es eigene Lernstrategien entwickelt, Lernhilfen wahrnehmen und bewusst Ruhephasen einleitet. Der Wechsel zwischen Konzentration und Bewegung in den Schultag bietet vielfältige Möglichkeiten, einen Tagestakt körperlich rhythmisch zu erleben: z. B. bezüglich der Anordnung von Bewegungs- und Entspannungsphasen im Schultag oder bei der Thematisierung von Bewegung in formellen und informellen Settings im Schultag, die jeweils einen anderen Zugang zu Bewegung bieten und sich somit gegenseitig ergänzen. Wichtig ist bei einer ganztägigen Rhythmisierung die Institutionalisierung von langen Pausen. Gesundheitswissenschaftler empfehlen 30 Minuten Pausen zwischen den Doppelstunden.

Eine solche Rhythmisierung kommt aber nicht nur den Schüler(innen)n. So wissen wir aus den Ergebnissen der empirischen Untersuchungen zur Rhythmisierung, dass die Doppelstundentaktung allen Beteiligten (Lehrer(innen)n und Schüler(innen)n) den Zeitdruck nimmt, den sie vor allem in einer 45-Minuten Taktung erfahren. Lehrer(innen) können entspannter unterrichten und sich vor allem jedem einzelnen Schüler/je einzelnen Schülerin individueller zuwenden. Die Schüler(innen) werden nicht durch eine Pausenphase ihrem Arbeitsprozess unterbrochen, sondern können sich intensiv mit einem Thema auseinandersetzen. Wie im Zusammenhang mit dem Thema „Bewegung und Unterricht/Bewegung und Lernen“ noch zu zeigen sein wird, nutzen die Lehrer(innen) das mit den Doppelstunden verbundene Potenzial für einen insgesamt bewegungsorientierten Unterricht, der Räume für Bewegung bietet oder Bewegung bewusst einsetzt, um Lernprozesse zu unterstützen.

Wechsel zwischen Lernen und Entspannung ermöglichen

Zeitdruck verringern

Abb. 1

Rhythmisierung des Schultages in einer Ganztagschule

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07.15 – 08.00 Uhr	– Offener Schulfang – Freizeitsport				
08.00 – 09.30 Uhr	– Morgenkreis – 1. Lernblock: fachgebundene Lernarrangements mit Übungs- und Vertiefungsphasen sowie individuellen Pausen – gemeinsames Frühstück				
09.30 – 10.00 Uhr	– Pause				
10.00 – 11.30 Uhr	– 2. Lernblock: fachgebundene Lernarrangements mit Übungs- und Vertiefungsphasen sowie individuellen Pausen				
11.30 – 12.00 Uhr	– Pause				
12.00 – 12.55 Uhr	– 3. Lernblock – Freiarbeit – Klassenrat				
12.55 – 14.00 Uhr	– Gemeinsames Mittagessen – Freizeit: Offene Sporthalle, Pausenhofspiele				
14.00 – 15.00 Uhr	– Hausaufgabenbetreuung – Förderunterricht – Ganztagsangebote				
15.00 – 16.00 Uhr	– Formelle und informelle Ganztagsangebote – Freizeit				

Der RAABE Webshop: Schnell, übersichtlich, sicher!



Wir bieten Ihnen:



Schnelle und intuitive Produktsuche



Übersichtliches Kundenkonto



Komfortable Nutzung über
Computer, Tablet und Smartphone



Höhere Sicherheit durch
SSL-Verschlüsselung

Mehr unter: www.raabe.de