

Ralf Laging

Bewegung, Spiel und Sport in der Ganztagschule – Bedeutung für Lernen, Erziehung und Entwicklung

Vortrag auf dem Ganztagschulkongress in Berlin am 22. 9. 2006

1 Vorbemerkungen

Bewegung, Spiel und Sport sind nicht unwesentlich an der Gestaltung von Schule und insbesondere von Ganztagschulen beteiligt. So sind es vor allem die außerunterrichtlichen Schulsportangebote, die schulintern ermöglicht werden oder in Kooperation mit außerschulischen Partnern zustande kommen und den verpflichtenden Sportunterricht erheblich erweitern. Es sind weiterhin die vielen Bewegungs- und Sportangebote, die vielseitige und erlebnisreiche Aktivitäten in der Schule zulassen, wie Inlineskaten, Klettern, Abenteuerturnen, Rugby u.a., es sind aber auch die fördernden Angebote wie Psychomotorik oder Fitness sowie Angebote zur Gewaltprävention oder Sicherheit im Straßenverkehr. Damit verbunden, aber weit übergreifender und mit eigener Akzentuierung auf Unterrichten, Lernen und Leben in der Schule, finden wir seit über 10 Jahren eine Praxis der Bewegten Schule. Bewegung und Sport sind zu einem eigenständigen Gestaltungselement geworden.

2 Warum ist Bewegung wichtig?

Warum ist Bewegung wichtig? Warum sollen Kinder sich viel bewegen? Nun erwarten Sie vielleicht, dass ich Ihnen, mit Zahlen belegt, erläutere, wie schlecht es um die Bewegungsfähigkeit und die Fitness unserer Kinder bestellt und wie groß doch eigentlich der Bewegungsmangel ist. Aber hier muss ich Sie enttäuschen. Die äußerst ungeklärte Forschungslage lässt solche eindeutigen Aussagen nicht zu. Aus der öffentlichen Präsentation dieser Problematik gewinnt man den Eindruck, dass wir es durchweg mit sitzenden, fernsehsüchtigen und fehlernährten Kindern zu tun haben. Alle sind irgendwie zu defizitären Wesen geworden, die als prädisponierte Krankheitsträger auftreten und mit öffentlichen und privaten Mitteln therapeutisiert werden müssen. Ohne die Problematik an sich und den Wandel unseres Aufwachsens bagatellisieren zu wollen, möchte ich einen anderen Blick auf Kinder und Kindheiten richten.

Bewegung ist für Kinder die wichtigste Aktivität überhaupt und ihr Aktivitätsgrad ist außerordentlich hoch. In der Studie „1000 gelebte Kindertage“ hat Kleine (2003) festgestellt, dass Kinder an 98% der untersuchten 1000 Tage in Bewegung sind und die Gesamtbewegungszeit über Jungen und Mädchen, jüngere und ältere Kinder hinweg durchschnittlich 3,5 Stunden pro Tag beträgt. Dies widerspricht z.B. Studien, wonach Kinder sich nur 1 Stunde pro Tag bewegen (Bös, 2001). Kinder haben Spaß und Freude an der Bewegung, sie können ausdauernd bei der Sache sein und werden nicht müde, sich den jeweils neuen Herausforderungen kreativ und phantasie reich zu stellen. Kleine (2003) kritisiert die Defizithypothese, weil sie den Blick für das Tun und Können der Kinder verstellt. Entsprechend geht er von der „Normalitätshypothese“ aus und zeigt, dass Kinder mit körperlichen Aktivitäten auf Wegstrecken

und vor allem in informellen Situationen im Alltag mit Bewegung, Spiel und Sport befasst sind - und dies in der Familie oder mit Freunden neben den vielen Medien, die auch im Alltag wichtig sind.

Warum also bewegen sich Kinder gerne und mit Interesse? Was tun Kinder, wenn sie sich bewegen? Kinder spielen auf unterschiedliche Weise mit Bällen, sie spielen Nachlaufspiele, sie springen mit dem Seil, klettern über Baumstämme, Balancieren auf Mauern, sie vergnügen sich mit Hüpf- und Hinkelspielen, sie bewegen sich mit Geräten wie Fahrrad, Roll- oder Gleitgeräten, sie tauchen, schwimmen und springen im Wasser. Sie versuchen Gegenstände zu werfen, zu schieben oder zu stoßen; sie rollen mit ihrem Körper, wälzen und überschlagen sich und vieles mehr. Neben diesem instrumentellen geschickten Gebrauch ihres Körpers kann man beobachten, dass ihr Bewegen mit Bezug auf die soziale und materiale Welt stattfindet. Sie spielen mit anderen Kindern, versuchen gegeneinander den Korb zu treffen oder sich einen Ball so lange wie möglich zuzuspielen; sie spielen zwischen zwei Bäumen, die als Male dienen, sie nutzen den Raum als Spielfläche, bringen die Eigenschaften eines Pedalos in Erfahrung, probieren sich im Gleichgewicht, spielen im Gebüsch, zeigen sich in Rollenspielen und stellen sich dar usw. Die Bewegungsaktivitäten sind in ein Handlungsgeschehen eingebunden, das mehr bedeutet als eine äußerlich beobachtbare Motorik oder eine messbare Fitness. Es geht um ein intentionales und sinnbesetztes Bewegungshandeln, das nur der Mensch selbst hervorbringen kann.

Warum sind diese Aktivitäten so wichtig? Jede Bewegung ist unmittelbar spürbar, kaum eine andere Handlung lässt das „Ich“ und das „Andere“ sowie die Relation zwischen Ich und Welt so direkt aufmerken. Ich werfe einen Ball, der seine Wirkung in einem Korberfolg oder -misserfolg haben kann, dabei spüre ich, dass ich den Ball gelungen oder misslungen geworfen habe usw. Bewegung ist also eine grundlegende Weise unseres Zu-Welt-Seins und unseres Weltverstehens. In der Bewegung lernen wir etwas über uns und unsere Möglichkeiten, wie wir etwas über die Welt lernen, in dem wir uns aktiv handelnd mit ihr auseinandersetzen.

Mit diesem Bewegungsverständnis soll deutlich werden, dass Kinder viele Gelegenheiten brauchen, um sich in ihrem Lebensalltag bewegen zu können. Die Schule ist nun ein Ort, an dem Kinder und Jugendliche einen erheblichen Teil des Tages verbringen, insofern muss dieser Ort auch immer ein Bewegungsraum sein. Zu fragen ist daher:

Wie geht Schule mit Körper und Bewegung um, welche Chancen räumt sie leiblich-sinnlicher Weltverständigung einerseits und der Entwicklung einer Bewegungskompetenz andererseits ein und wie wird dabei der bewegungsbezogene Möglichkeitsraum für Bildungsprozesse genutzt?

Diese Fragen stellen sich aufgrund des größeren Zeitbudgets für die Ganztagschulen in herausgehobener Weise. Dort geht es um eine durch den Ganztagsbetrieb erheblich erweiterte pädagogische Verantwortung für Körper und Bewegung. Zu fragen ist, wie die ganztägig gestaltete Schule die für die Entwicklung bedeutsamen Dimensionen des Körpererlebens und der bewegungsbezogenen Welteroberung in Spiel und Sport gerecht werden kann.

Dazu möchte ich im Folgenden drei Entwicklungslinien in ihren Grenzen und Möglichkeiten aufzeigen, die sich an Schulen entwickelt haben und die es gilt zunehmend miteinander zu vernetzen. Dabei handelt es sich 1. um Sportangebote in der außerunterrichtlichen Nachmittagsgestaltung, 2. um Bewegung, Spiel und Sport im Ganztags als pädagogisches Angebot der Kinder- und Jugendhilfe und 3. um die Bewegte Schule als umfassendes integratives Bildungsangebot. Alle Formen sind miteinander vernetzt und nicht haarscharf voneinander zu trennen, haben aber auch je ihren eigenen Schwerpunkt.

3 Sportangebote am Nachmittag - das additive Konzept

3.1 Außerunterrichtliche Sportangebote als Ergänzung zum Unterricht am Vormittag

Ganztagschulen oder Schulen mit Ganztagsangeboten weisen aus ganz pragmatischen Gründen einen relativ hohen Anteil an außerunterrichtlichen Angeboten aus, die zu Bewegungs-, Spiel- und Sportaktivitäten anhalten. Allerdings handelt es sich hier überwiegend um Ganztagschulen mit pädagogischer Mittagsbetreuung, so z.B. in Hessen oder um offene Ganztagschulen, so z.B. in NRW und nur zum Teil um gebundene Formen der Ganztagschule. Aus einer bundesweiten Schulleitungsbefragung des IFS aus dem Jahr 2004 geht hervor, dass in den etablierten Ganztagschulelementen (z.B. Dauer-Projekte, Arbeitsgemeinschaften, Freizeitangebote in offener oder gebundener Form) Sportangebote „quantitativ deutlich an der Spitze“ liegen (Holtappels, 2005, S. 20f.). Diese Tendenz ist auch an unseren Projekt-schulen festzustellen, die wir im Rahmen unseres Forschungsprojektes zu Bewegung, Spiel und Sport in der Ganztagschule mit finanzieller Förderung des BMBF untersuchen. Danach werden an unseren Schulen durchschnittlich etwa 8 Bewegungs- und Sportaktivitäten in Form von AGs pro Woche angeboten, die von den klassischen Sportarten über Tanzen, Aikido, Erlebnisturnen, Reiten bis zu Inlineskaten, Jonglieren oder Selbstbehauptungstraining reichen.

Das Zustandekommen der Sportangebote hängt vielfach mit den je spezifischen Voraussetzungen vor Ort ab. So gibt es Sportlehrerinnen und Sportlehrer, die gleichzeitig im Verein tätig sind und hier selbst Angebote unterbreiten. Oft spielen persönliche Kontakte zu Trainern und Übungsleitern eine Rolle, vielfach bestehen rege Kooperationen zwischen Schule und Verein, insbesondere im Weltkampfbereich des Sports und der Talentsichtung oder aber engagierte Experten bieten der Schule ihr Können an. Die Entscheidung für das eine oder andere Angebot geht also meist auf gewachsene Strukturen oder persönliches Engagement Einzelner zurück. Diese Art der Entscheidungsfindung zeigt sich auch in der erwähnten Studie des IFS. Dort heißt es:

„Nur die Hälfte (der AG-Angebote) folgt einer beschlossenen und konsenshaft abgestimmten pädagogischen Konzeption. In drei von vier Schulen kommt das AG-Angebot durch die Angebotsseite der durchführenden Person bzw. Partner zustande ... In ebenfalls drei Viertel der Fälle richtet sich das Gesamtangebot auf die Nachfrage ... Diese Vorgehensweisen sind pragmatisch und verständlich, jedoch scheinen konzeptionell-pädagogische Überlegungen eher zurückzustehen“ (Holtappels, 2005, S. 21f.).

Diese Aussagen treffen auf alle außerunterrichtlichen Angebote zu, genaue Daten liegen für den Bereich Bewegung, Spiel und Sport derzeit nur sehr vereinzelt vor. Aus einer Bestandserhebung zur offenen Ganztagschule in NRW des Landessportbundes geht hervor, dass an 106 der befragten Ganztagsgrundschulen 246 Gruppen mit Bewegungs- und Sportangeboten existieren, die wöchentlich einen Umfang zwischen einer und 7,5 Stunden umfassen. Anbieter dieser Aktivitäten sind die Sportvereine mit ihren Übungsleitern (zu 60%), Übungsleiter privat (ohne Vereinsbindung), Angestellte eines Trägers oder die Lehrkräfte selbst.

3.2 Kooperation Schule und Sportverein

Für die außerunterrichtlichen Sportangebote gibt es eine bereits unabhängig von der Ganztagschule existierende Tradition der Kooperation von Schule und Verein, die heute für die Ganztagschulentwicklung eine Neuinterpretation und -gestaltung braucht und z.Z. auch erfährt.

In jedem Bundesland existieren so genannte Landeskooperationsprogramme, mit denen die Zusammenarbeit von Schulen und Sportvereinen gefördert wird. Vergleichende Untersuchungen zeigen nun, dass sich unabhängig von der jeweiligen Bildungslandschaft strukturell sehr ähnliche Programme entwickelt und etabliert haben (vgl. Fessler, 2003, S. 216). Evaluationsstudien zum baden-württembergischen Landeskooperationsprogramm zeigen (Fessler, 1999; 2003, S. 216), „dass die Attraktivität von Kooperationsgruppen sich beim Partner Schule weniger auf erzieherische Zielsetzungen konzentriert, sondern eher auf eine erfolgreiche leistungssportliche Selbstdarstellung.“ Gefordert ist hier ein Umdenken, das die eingespurten leistungssportlichen Wege zwischen Schule und Verein übersteigt und nach neuen Möglichkeiten für vielfältige Bewegungsaktivitäten sucht. Dazu ist so etwas wie eine „reflexive Koorientierung“ von Schule und Verein gefordert (Fessler, 2003, S. 217).

Wie entgegengesetzt die Interessenlage von Schule einerseits und Verein andererseits sein kann, zeigt eine Untersuchung aus NRW (Bujala, 1996). Danach suchen Schulen in der Kooperation mit den Vereinen vor allem breitensportliche Angebote, ein interessantes Schulprofil und möchten Kinder und Jugendliche zum lebenslangen Sporttreiben motivieren. Die Vereine hingegen möchten Mitglieder gewinnen, Talentsichtung und -förderung betreiben sowie Sportarten in der Schule bekannt machen (zitiert aus „LSB NRW – Schule im Ganztags, 3, S. 5f.).

Die gegensätzlichen Begründungen zur Kooperation von Schule und Sportverein weisen auf einen Interessenkonflikt hin, der nicht ohne weiteres aufhebbar ist. Schule muss pädagogisch-konzeptionelle Überlegungen in den Vordergrund rücken. Dazu gehören auch ein ausgewogenes Verhältnis von konzentriertem Lernen und Bewegen, von abwechslungsreicher Aktivität und Ruhe vor, zwischen und nach dem Unterricht oder auch in Verbindung mit dem Unterricht, von umfassender Entwicklungsförderung und Bildung in der bewegungsbezogenen Begegnung, von Förderung aller Kinder und Intervention bei sozialer Benachteiligung - Schule muss also die Bildung als aktive Selbstauseinandersetzung mit Bewegungsherausforderungen im Sinn haben.

Der Verein ist traditionell an interessens- und altershomogenen Gruppen orientiert, die in Sportarten ihre Leistungen in Konkurrenz zu anderen steigern sollen und wollen. Der Verein agiert im Gegensatz zur Schule auf der Basis der freiwilligen Teilnahme und im Breitensportlichen Bereich im Wesentlichen ohne professionelle Hauptamtlichkeit, dafür aber mit vielen ehrenamtlichen Übungsleitern - Vereine müssen sich um die sportliche Orientierung des Bewegers kümmern und dürfen die Vereins- und verbandspolitischen Interessen nicht aus dem Auge verlieren.

Neben diesen Differenzen, eher fördernde und bildende Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport hier und eher konkurrierende und leistungssteigernde Orientierung dort, gibt es auch Gemeinsamkeiten dieser beiden Systeme. Beide Systeme folgen dem „Besser-Schlechter-Code“, sie sind auf Steigerung der Leistung, Selektion von Besseren und Instrumentalisierung der Mittel zum Zweck der Gratifizierung angelegt. Hier, in der Selektionsfunktion, treffen sich beide Systeme, aber zugleich beißen sich beide Systeme am pädagogischen Anspruch von individueller Förderung und Bildung aller Menschen. Dieser Widerspruch ist schon lange Gegenstand der Schulkritik und Schulreform. Im Sport fällt der Widerspruch weniger auf, weil es tatsächlich um die Steigerung der sportlichen Leistung im Wettbewerb mit eingeschlossener Selektion geht, bei allem Bemühen, möglichst viele Kinder und Jugendliche an die Vereine zu binden - und dies ist ja im Kindes- und Jugendalter - wie wir aus den Daten zu Sportaktivitäten wissen - auch auf hohem Niveau der Fall.

In der Ganztagschule wird diese Differenz zum Reibungspunkt und als Problem konstitutiv. Die Schule möchte ein vielfältiges Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot für alle oder möglichst vieler Kinder und auch die erreichen, die dem Sport nicht zugeneigt sind und der Verein muss sich im Gegensatz zu seiner auf Interesse und Freiwilligkeit beruhenden Orientierung auf die Heterogenität der Schülerschaft einlassen. Hier entsteht ein Professionalisierungsproblem, dass über Qualifizierungsmaßnahmen zu beheben versucht wird, wie dies derzeit in NRW in Kooperation mit dem Landessportbund geschieht (siehe Naul, 2006).

4 Sport im Ganztage: ein Nebeneinander von schulischem Schulsport und vereinsgebundenem Sport in der Schule

Die Sportorganisationen haben nun ein pädagogisches Konzept entwickelt, das dem Gedanken der Kinder- und Jugendhilfe folgt. Danach verstehen sich die freien Träger, zu denen auch der gemeinnützig organisierte Sport gehört, als eigenständige Einrichtungen mit Bildungsabsichten, die daran mitwirken, die Entwicklung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen zu einer „eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit“ (KJHG §1) zu fördern. Entsprechend verfolgen die Jugendverbände des Sports (die Sportjugend), wie z.B. in NRW, Schwerpunkte in der allgemeinen Freizeitpädagogik, in der Gesundheitsbildung, Umweltbildung, interkulturellen Arbeit oder der Sicherheitserziehung im Straßenverkehr (Grabs, 2004, S. 106). Auf dieser Grundlage ist das Programm „Sport im Ganztage“ entstanden. Es ist gezielt auf die offene Ganztagsgrundschule gerichtet und möchte „auf gleicher Augenhöhe“ mit den Schulen in einem Kooperationsmodell mit Bildungsanspruch

Kinder und Jugendliche bewegungs- und sportorientiert fördern. Entsprechend geht es auf diesem dritten Weg, der zwischen Schulsport als Veranstaltung der Schule und dem Vereinssport als Veranstaltung des organisierten Sports steht, nicht ausschließlich um sportartbezogene Angebote, sondern um sportliche Aktivitäten, die allgemeine Bewegungs- und Spielangebote, spezielle Förderangebote, Angebote mit kulturellen/interkulturellen Bezügen, Selbstverteidigungskurse, Sportwochen, aber auch Talentsichtung und -förderung umfassen (LSB NRW Sport im Ganztage, 2005, S. 31). Ein solches Konzept steht *neben* dem schulsportlichen Angebot; so will es die Rahmenvereinbarung zur Kooperation von Schule und Verein.

Mit diesem Modell reiht sich die Sportorganisation in die Diskussion um die Problematik von außerschulischer Jugendarbeit und Schule ein, die grundsätzlich schon sehr lange existiert, aber zugespitzt durch die Ganztagschule eine neue Dimension erreicht hat. Es geht um das gleichberechtigte Nebeneinander von formeller schulischer Bildung und nicht-formeller Jugendbildung. Bei einer Verlängerung des Schultags stellt sich für alle Einrichtungen der kommunalen Jugendbildung dieselbe Frage wie für den gemeinwohlorientierten organisierten Sport, nämlich wie innerhalb und mit der Schule die außerschulische Jugendarbeit aufrecht erhalten werden kann. Dieses Konzept muss sich fast ausschließlich auf die offene Ganztagschule konzentrieren, da es voraussetzt, dass die Schule Zeiten zur eigenen Gestaltung durch die Kinder- und Jugendhilfe bereithält. In gebundenen Formen ist dieses eigenständige Nebeneinander nur schwerlich möglich. Erfolgreich wird eine eigenständige Jugendbildung aber nur sein können, wenn der sozialpädagogische Defizitansatz zugunsten eines Differenzansatzes aufgegeben wird (Coelen, 2004, S. 249); dann nämlich müssen beide Partner Arbeitszusammenhänge bilden und je eigene Professionen für das pädagogische System Schule mit je eigenen Kompetenzen ausbilden. Dann kann es nicht mehr darum gehen, sich wechselseitig kompensieren, belehren oder gar ersetzen zu wollen (vgl. dazu auch Helsper, 2001). So kann die Jugendarbeit ihr Selbstbewusstsein nicht mehr „allein aus der kritischen Abgrenzung von der Schule“ beziehen, sondern muss vielmehr die eigenen Qualitäten betonen (Coelen, 2004, S. 249). Bei Anerkennung der Differenz darf es dem „Sport im Ganztage“ also nicht primär um die Vermittlung von sportlichem Können oder der Kompensation von Bewegungsdefiziten gehen, sondern es muss allein um persönlichkeitsbildende Prozesse, um Gemeinschaftsorientierung und der symbolischen Reproduktion der Lebenswelt gehen. Entsprechend schreibt Grabs (2004, S. 107) zur außerschulischen Jugendarbeit des Sports im Landessportbund NRW:

„Das Spezifische an der Bildungsarbeit der Sportjugend besteht darin, dass Erlebnismöglichkeiten geschaffen werden, die in erster Linie Spaß machen, die freiwillig angenommen und mitgestaltet werden und das diese durch Reflexionsprozesse zu Erfahrungen werden können“ (vgl. dazu auch Becker, 2005).

Dies ist ein hoher Anspruch, der mir im Moment - auf der Grundlage von Berichten aus der Praxis (vgl. sportpädagogik, Heft 5/2006) - noch eher durch pragmatisches Sporttreiben oder erlebnissträchtiges Machen zu wenig entwickelt zu sein scheint. Hier könnte tatsächlich für die offenen Ganztagschulen eine netzwerkartige

Kooperation zwischen eigenständigen Partnern entstehen, die das Bewegungsleben der Kinder und Jugendlichen erheblich fördern.

5 Bewegte Schule als Teil der Schulkultur - ein integrativer Ansatz für die ganze Schule den ganzen Tag

Die Bewegte Schule ist seit etwa 10 bis 15 Jahren in Deutschland ein Ansatz, um mehr Bewegung in den Schulalltag zu bringen. Er geht zurück auf Initiativen aus der Schweiz (Illi u.a. seit Anfang der 1980er Jahre), die die bewegungsarme Schule und insbesondere das viel zu lange Sitzen kritisiert haben. Die Bewegte Schule versteht, unabhängig von Unterschieden in den einzelnen Konzepten, Bewegung als grundlegendes und integratives Moment von Unterrichten, Lernen und Leben in der Schule. Schule ist ein Bewegungsraum, der Bewegung verlangt und der über Bewegung Gestalt bekommt. Schließlich stellt sich in einer bewegten Schule aber auch die Frage, wie bewegt eigentlich das Kollegium ist: Ist das Lehrerzimmer bewegungsfreundlich eingerichtet, bewegen sich die Lehrerinnen und Lehrer selbst genug und wie engagieren sich die Lehrenden für mehr Bewegung in der Schule? Wie muss sich nun eine Schule umgestalten, um zu einer ganztägigen bewegten Schule zu werden?

Hierzu sollen im Folgenden **acht Bausteine** vorgestellt werden. Die Priorität einzelner Bausteine, die Reihenfolge und die Umsetzungschancen sind von Schule zu Schule sehr unterschiedlich. Einige Bausteine sind vielleicht schon gut entwickelt, andere müssen begonnen oder neu belebt werden (vgl. das Themenheft der Zeitschrift sportpädagogik, Heft 2/2001).

1. Baustein: Bewegungsanlässe schaffen

Dieser Baustein spielt darauf an, dass Räume und Dinge so etwas wie einen Appell-Charakter haben, sie fordern Kinder auf, sich zu bewegen. In diesem Sinne geht es darum, das Schulgelände daraufhin durchzusehen, wo und mit welchen Geräten, Materialien und Einrichtungen Gelegenheiten zum Sich-Bewegen geschaffen werden können. Solche Bewegungsanlässe können z.B. sein:

- Körbe und Tore für Zielschuss- und Wurfspiele bzw. Ziele für Wurfgelegenheiten
- Natürliche Geländeformen und -ausstattungen für Bewegungsaktivitäten zum Klettern, Rennen oder Versteckspielen
- Balancierbalken, Trecker- und LKW-Reifen, bewegliche Balken, Bretter und Holzkisten u.a.
- Rollgeräte für Asphaltflächen
- Sand- und Erdflächen als Gelegenheiten für Murmelspiele oder Spiele mit natürlichen Materialien
- Bäume als Male oder Markierungen für Fang- und Nachlaufspiele ...

Anregungen können über selbst erstellte Spielebücher gegeben werden. Über eine Spielgeräteausrüstung oder eine Klassenspielkiste in Schülerselbstverwaltung lassen sich bewegliche Kleingeräte und Materialien bereitstellen.



2. Baustein: Schulhof als Bewegungs- und Ruheraum

Neben der Einrichtung von zahlreichen informellen Bewegungsanlässen lassen sich mehr oder weniger klar strukturierte und funktional ausgewiesene Flächen auf dem Schulhof einrichten, die für Ballspiele, Kommunikation, Hüpf-, Fang- und Nachlaufspiele, Ruhe, Bewegungskünste wie Einradfahren und Jonglieren u.v.m. geeignet sind. Dabei sollen diese Funktionsflächen nach natürlichen Gegebenheiten oder künstlichen Ordnungen gegliedert sein. Unterschiedliche Bodenflächen, verschiedene Begrenzungen und Ausstattungen können diese Funktionsflächen bestimmen; so können sich Rasen, Asphalt, Sand, Erde, Mulch oder Pflastersteine abwechseln sowie Büsche, Bäume, Wälle, Hügel, Zäune u.a. die Bereiche begrenzen und Wege die Bereiche verbinden. Als Grundsatz sollte jedoch beachtet werden, dass vor jeder Möblierung von Flächen die Gestaltung des Bewegungsraumes dahingehend zu prüfen ist, ob nicht durch geringfügige Veränderungen an der Raumstruktur ein auffordernder Charakter zum Sich-Bewegen hergestellt werden kann.



3. Baustein: Bewegungsraum Schulgebäude

Eine bewegte Schulkultur kann nicht nur draußen auf dem Schulhof stattfinden. Auch das Schulgebäude wird zu einem Bewegungsraum. Beispielsweise kann dort, wo es der Platz zulässt oder die Prioritätensetzung im Sinne von mehr Bewegung erfolgt, ein Klassenraum zu einem Bewegungsraum ausgebaut werden. Die Einrichtung solcher Räume kann nach dem Prinzip der Bewegungsbaustelle (Miedzinski, 2000) mit Brettern, Würfeln, Quadern, Strickleitern und Drehscheiben oder mit festen Installationen zum Klettern, Rutschen und Springen erfolgen. Im Schulhaus können auch Tischtennisplatten, Billardtische oder Fitnessgeräte aufgestellt werden, die nach vereinbarten Regeln genutzt werden dürfen. Aber nicht nur diese funktionspezifischen Räume können das Schulhaus für mehr Bewegung öffnen, sondern auch die Gestaltung der Flure oder Foren zu Wandelhallen, in denen sich Kinder bewegen und aufhalten, andere treffen, Ruhe finden, Lerngelegenheiten aus Natur, Technik und Gesellschaft nutzen oder Geschicklichkeitsübungen durch vorhandene Kleingeräte (Jonglieren, kleine Wurfspiele) oder eine Kletterwand ausführen, tragen zu einem bewegungsaktiven Schulhaus bei.

4. Baustein: Bewegtes Lernen und Unterrichten

Das kognitive Lernen muss nicht immer im Sitzen stattfinden. Schulen oder einzelne Lehrerinnen und Lehrer, die ihren Unterricht für ein sinnerschließendes Lernen mit Bezug auf die Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen öffnen, können die Bewegung in ihren Unterricht einbeziehen. Der Klassenraum enthält dann verschiedene Lernecken, Materialregale, einen Leseteppich, Spielnischen, Regale mit Lernhilfen usw. Die Kinder sind allein schon durch die Gestaltung des Klassenraumes als Lernlandschaft und/oder durch ein Stationenlernen auf Bewegung angewiesen. Viele Arbeiten aus den unterschiedlichen Lernbereichen wie Sprache, Natur und Technik, Gesellschaft, Ästhetik lassen sich durch ein bewegtes Begreifen besser leiblich durchdringen und das Wissen auch zu einem Körperwissen transformieren (vgl. Beiträge in Hildebrandt-Stramann,



Beiträge in Hildebrandt-Stramann, 2006). Praktiziert werden vielfach auch so genannte Bewegungspausen, die den Unterricht mit gezielten Bewegungsübungen zur Wiederherstellung der Konzentrationsfähigkeit unterbrechen.

5. Baustein: Bewegtes Sitzen

Der herkömmliche Unterricht geht wie selbstverständlich davon aus, dass man am besten im Stillsitzen auf klassischen Stühlen lernt. Mittlerweile hat sich aber die Erfahrung herumgesprochen, dass man auch im Liegen lesen, manche Dinge besser

im Stehen tun und ein häufiger Wechsel der Sitz- und Halteposition hilfreich sein kann. Dazu hilft es, das Sitzmobiliar flexibel zu halten und unterschiedliche Sitzgelegenheiten zu bieten: Bälle, Quader, Halbwalzen, Stehsitze usw. Das aktiv-dynamische Sitzen führt zu einem steten Belastungswechsel und damit zu einer natürlichen Beanspruchung des Halteapparats sowie zur Vitalisierung des Lernens. Beispiele gibt es dazu mittlerweile genug (z.B. Sobczyk & Landau, 2003; Breithecker, 1996).

6. Baustein: Bewegter Schultag

Der Schultag gliedert sich klassisch in 45 Minuten-Einheiten und berücksichtigt nicht den rhythmischen Wechsel von Bewegung und Ruhe. Ein bewegter Schulalltag lässt sich aber nur realisieren, wenn der Ablauf rhythmisiert wird. So gibt es Schulen (vgl. hierzu Röhner, Skischus & Thies, 1998), die mit einer Gleitzeit beginnen, in der die Kinder Unterschiedliches tun können. Sie haben die Möglichkeit, Aufgaben zu bearbeiten oder mit anderen zu spielen, im Raum umherzugehen, sich zu unterhalten, Ruhe oder Bewegung zu suchen. Es folgt ein erster Unterrichtsblock, der sehr unterschiedliche Anforderungen erfüllen soll: konzentriertes und bewegtes Arbeiten im Wechsel, Individualisierung und Gemeinsamkeit, Bearbeitung im Frontalunterricht und in differenzierten Gruppen usw. Es schließt sich eine Frühstückspause mit ausgedehnter Bewegungs- und Spielpause bis zu 45 Minuten an. Im zweiten Unterrichtsblock wird stärker projektbezogen und in Vorhaben gearbeitet - eine Unterrichtsform, die ohnehin bewegt ist. Nach der Mittagspause von etwa 60 Minuten folgt an gebundenen Ganztagschulen eine weitere Lernzeit bestehend aus Fachunterricht und Bewegungsangeboten sowie AGs (an offenen Ganztagschulen eine Angebots- und Betreuungszeit).

7. Baustein: Bewegungsangebote, Spielfeste und Öffnung von Schule

Mit Blick auf den außerschulischen Differenzierungsprozess von Sport- und Bewegungsaktivitäten lassen sich AGs anbieten, in denen die Kinder ihren Interessen folgend Bewegung wahrnehmen können (z.B. Ballspiele, Abenteuerturnen, Basketball, Zirkuskünste, Ringen und Raufen u.a.). Darüber hinaus können Schulsport- und Bewegungsfeste als schulische und auch schulübergreifende Veranstaltungen im Sinne der Öffnung von Schule mit klassischen Wettkämpfen oder auch als Spiel- und Bewegungsfeste mit gemeinsamen Spielen, Geschicklichkeitsübungen, Jonglieren oder Streetballspiele



oder auch Tanzaufführungen u.v.m. organisiert werden.

8. Baustein: Bewegter Sportunterricht

Sportunterricht wird in einer bewegungsaktiven Schule als Auseinandersetzung mit bewegungsthematischen Situationen verstanden. Die Aufgaben thematisieren zunächst keine sportlichen Techniken, sondern bestimmte Bewegungsabsichten, deren Realisierung zwar Techniken erfordern, die jedoch eine Folge von Bewegungsabsichten sind. So geht es beim Bewegungsfeld Turnen zum Beispiel um die Erschließung der Bewegungsabsicht „Springen“, was bedeutet, das Bewegungsproblem des Abhebens vom Boden, des Fliegens und beispielsweise des stützenden Überquerens eines Gerätes in Erfahrung zu bringen, zu variieren, zu differenzieren und eine eigene Lösung zu suchen. Ein bewegter Sportunterricht ist an der Selbstaktivierung der Lernenden orientiert, Eigeninitiative und Selbsttätigkeit sind gefragt und sollen den Unterricht durchziehen. Ein erfahrungsorientiertes Lernen ist einer durchgreifenden Belehrung vorzuziehen. Gut geeignet sind auch so genannte Wunschsportstunden, in denen die Lernenden die Initiative übernehmen (vgl. Funke, Heine & Schmerbitz, 1979; Laging, 1993; Maaß, 1996). Hier zeigen sich zwischen dem Pflichtunterricht und den außerunterrichtlichen Aktivitäten durchaus wechselseitige Ergänzungen oder Erweiterungen.

6 Bewegungsalltag fördern

Die Bausteine sollen - nach und nach entwickelt - einen Beitrag zur Verbesserung eines bewegungsaktiven Lebensstils leisten, so wie dies mittlerweile aus den empirischen Studien zum Bewegungsumfang von Kindern gefordert wird.

Diese Ergebnisse zeigen, dass wir den lebensweltlichen Alltag von Kindern stärker reflektieren und herausfordernde Räume für Bewegungsaktivitäten eröffnen müssen. Der Blick muss auf die Räume in der Schule, auf die Wege zwischen Schule und Wohnung und auf das Wohnumfeld selbst gelenkt werden. Daher bieten sich vor allem in der Ganztagssschule integrative Konzepte an, die Bewegung zum Alltag werden lassen, auf dem Schulhof, auf Erkundungsgängen, im Unterricht, in der Freizeitgestaltung und in Sport- und Spielaktivitäten. Dabei müssen die selbstorganisierten informellen Bewegungsmöglichkeiten mehr gestärkt werden. Kinder und Jugendliche müssen lernen, sich Räume aktiv bewegungsorientiert zu erschließen; dafür brauchen sie Gelegenheiten - auch in der Schule - Schule ist nicht nur eine Lern- und Lebensraum, sondern auch und vor allem ein Bewegungsraum.

7 Literatur

- Becker, P. (2005). Das Besondere und das Allgemeine oder Jugendhilfe und Schule. In R. Laging & M. Pott-Klindworth (Hrsg.), *Bildung und Bewegung im Schulsport* (S.72-84). Butzbach-Griedel: Afra.
- Behr, K.; Haenisch, H. & Hermens, C. (2005). *Offene Ganztagssschule im Primarbereich: Begleitstudie zu Einführung, Zielsetzungen und Umsetzungsprozessen in Nordrhein-Westfalen*. Weinheim: Juventa.
- Bös, K. (2003). Motorische Leistungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen. In W. Schmidt, I. Hartmann-Tews & W.-D. Brettschneider (Hrsg.), *Erster Deutscher Kinder und Jugendsportbericht* (S. 85-107). Schorndorf: Hofmann.

- Breithecker, D. (1996). Bewegtes Sitzen – ist das kein Widerspruch? *Grundschule*, 28 (10), 21-23.
- Brettschneider, W.-D. & Bünemann, A. (2005). Übergewicht: Zunehmendes „Markenzeichen“ der jungen Generation. *sportunterricht*, 54 (3), 73-77.
- Burrmann, U. (2003). Mediennutzung statt Sport treiben? *sportunterricht*, 52 (6), 163-167.
- Coelen, T. (2004). „Ganztagsbildung“ - Integration von Aus- und Identitätsbildung durch die Kooperation zwischen Schulen und Jugendeinrichtungen. In U. Otto & T. Coelen (Hrsg.), *Grundbegriffe der Ganztagsbildung. Beiträge zu einem neuen Bildungsverständnis in der Wissensgesellschaft* (S. 247-268). Wiesbaden: VS-Verlag.
- Fessler, N. (2003). Sport, Spiel und Bewegung in der Ganztagssschule: Freizeitgestaltung oder Schulprogramm. *engagement - Zeitschrift für Erziehung und Schule*, o.Jg. (3), 210-225.
- Fessler, N. (2004). Sport in der Ganztagssschule. In E. Christmann, E. Emrich & J. Flatau (Hrsg.), *Schule und Sport* (S. 78-91). Schorndorf: Hofmann.
- Funke, J.; Heine, E. & Schmerbitz, H. (1979). Initiativstunde. Erfahrungen in einer 6. Klasse der Bielefelder Laborschule. *sportpädagogik*, 3 (1), 36-39.
- Funke-Wieneke, J. (2004). *Bewegungs- und Sportpädagogik*. Baltmannsweiler: Schneider.
- Grabs, R. (2004). Was Jugendverbände können, können nur Jugendverbände - Die Sportvereine und ihre Sportjugenden vor Herausforderungen durch die offene Ganztagsgrundschule. In E. Beckers, T. Schmidt-Millard (Hrsg.), *Jenseits von Schule: Sportpädagogische Aufgaben in außerschulischen Feldern* (S. 105-112). Butzbach-Griedel: Afra.
- Hildebrandt-Stramann, R. (1999). *Bewegte Schulkultur. Schulentwicklung in Bewegung*. Butzbach-Griedel: Afra.
- Holtappels, H.-G. (2005). Ganztagssschulen entwickeln und gestalten - Zielorientierungen und Gestaltungsansätze. In K. Höhmann, H.-G. Holtappels, I. Kamski & T. Schnetzer, (Hrsg.), *Entwicklung und Organisation von Ganztagssschulen. Anregungen, Konzepte, Praxisbeispiele* (S. 7-44). Dortmund: IFS-Verlag.
- Kleine, W. (2003). *Tausend gelebte Kindertage. Sport und Bewegung im Alltag der Kinder*. Weinheim: Juventa.
- Kohl, M. (2004). Sport im Ganztage - ein neuer Baustein der Kooperation Schule-Sportverein. *Betrifft Sport, Zeitschrift für den Schulsport*, 26 (3), 14-19.
- Laging, R. (2006). Kind und Körper: Bewegen in der Grundschule. In K. Burk & H. Deckert-Peaceman (Hrsg.), *Auf dem Weg zur Ganztags-Grundschule*. Frankfurt: Grundschulverband.
- Laging, R. & Klupsch-Sahlmann, R. (2001). Schulen in Bewegung. *sportpädagogik*, 25 (2), 4-10.
- Laging, R. & Schillack, G. (Hrsg.). (2000). *Die Schule kommt in Bewegung*. Baltmannsweiler: Schneider.
- Laging, R. (1993). Bewegung in die Schule! *Die Grundschulzeitschrift*, 70 (7), 8-15.
- LSB NRW (2005). *Sport im Ganztage 3. Schwerpunkte, Praxis, Perspektiven*. Broschüre: Duisburg.
- Miedzinski, K. (2000). *Die Bewegungsbaustelle* (9. Aufl.). Dortmund: verlag modernes lernen.
- Naul, R. (2005). Bewegung, Spiel und Sport in offenen Ganztagssschulen. *sportunterricht*, 54 (3), 68-72.
- Naul, R. (2006). *Sozialpädagogische und sportpädagogische Profession im Ganztage: Qualitätskriterien und Fortbildungsbausteine für Angebote mit Bewegung, Spiel und Sport. Expertise für das BLK-Verbundprojekt „Lernen für den Ganztage“*. Broschüre: Universität Duisburg-Essen.
- Neuber, N. & Schmidt-Millard, T. (2006). Sport in der Ganztagssschule. *sportpädagogik*, 30 (5), 4-15.

- Pack, R.-P. (2004). Ausbau von Bewegung, Spiel und Sport im Ganzttag - Abbau des Schulsports? *Betrifft Sport, Zeitschrift für den Schulsport*, 26 (3), 11-13.
- Pühse, U. & Illi, U. (Hrsg.). (1999). *Bewegung und Sport im Lebensraum Schule*. Schorndorf: Hofmann.
- Röhner, Ch.; Skischus, G. & Thies, W. (Hrsg.). (1998). *Was versuchen Versuchsschulen. Einblicke in die Reformschule Kassel*. Baltmannsweiler: Schneider.
- Sobczyk, B. & Landau, G. (2003). *Das mobile Klassenzimmer: ein neuer Weg zur Entwicklungs- und Bewegungsförderung von Grundschulkindern*. Immenhausen bei Kassel: Prolog.
- Themenheft „Schulen in Bewegung“ der Zeitschrift *sportpädagogik*, H. 2/2001.