

Die Ganztagschule durch Bewegung, Spiel und Sport rhythmisieren

Mehr Zeit für Kinder

Ein Qualitätskriterium für Ganztagschulen ist die im Vergleich zu Halbtagschulen veränderte Möglichkeit des Umgangs mit Zeit, den man mit „mehr Zeit für Kinder“ umschreiben könnte. Das erweiterte schulische Zeitraster einer Ganztagschule bildet dabei nur den Sockel. Entscheidend ist der Umgang mit der Zeit: „also Zeit haben, Zeit investieren, die richtige Zeit erspüren, Zeit nicht verschenken, aber auch zeitliche Verplanungseffekte vermeiden“ (Appel, 2005, S. 73). Die Rhythmisierung der Schulzeit unter verschiedenen Gesichtspunkten ist dabei eine Form des Umgangs mit Zeit (vgl. Burk, 2006, S. 35). In der etymologischen Bedeutung wird unter Rhythmus eine „harmonische Bewegung“ oder ein „periodischer Wechsel natürlicher Vorgänge“ verstanden. „Rhythmisierung hat zu einem wesentlichen Teil etwas mit mutualen Gegensätzlichkeiten zu tun, und zwar etwa in der Art einer Wellenbewegung (Berg und Tal, Wachstum und Vergehen, Wachsein und Schlafen), und impliziert dabei „Intensitätsvorgänge“ und „Wechselbeziehungen“ als spezifische Komponenten“ (Appel, 2005, S. 142).

In der Tat scheint das öffentliche Schulsystem mit der Einrichtung von Ganztagschulen mehr und mehr zu erkennen, welche hohe Bedeutung der Faktor Zeit und die bipolaren Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler nach Tätigkeit und Entspannung, Anstrengung und Erholung, Aufgeschlossenheit und Besinnung, nach kollektivem Wirken und Selbsttätigkeit oder Bewegung und Ruhe für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen haben. So heißt es in der Denkschrift der NRW-Bildungskommission (1995) dazu: „In der Schule der Zukunft müssen Phasen der Anspannung und Phasen der Muße, Phasen des aufgabenbezogenen Lernens und Phasen des erforschenden Lernens systematisch miteinander verbunden werden“ (S. 92). Und einige Seiten weiter: „Der Erfolg schulischen Lernens ist abhängig von der Anpassung der Lernumwelten und Instruktionen an die individuellen Unterschiede von Schülerinnen und Schülern ... Dazu bedarf es der Verfügung über individuelle Lernzeiten. Die Notwendigkeit zeitlicher Flexibilisierung ist durch Ergebnisse der Lernforschung belegt“ (S. 94 f.).

Wie kann das Leben und Lernen in einer Ganztagschule zeitlich gestaltet werden? Welche Bedeutung hat in diesem Gestaltungsprozess das „Sich-Bewegen“ bzw. die leibliche Befindlichkeit der Schülerinnen und Schüler? Ich möchte im Folgenden diesen beiden Fragen nachgehen. Dazu beschreibe ich zunächst den Zusammenhang von Bewegung und Rhythmisierung in der Ganztagschule. In einem weiteren Schritt skizziere ich Beispiele einer Rhythmisierung von Leben und Lernen für eine gebundene Grund- und Sekundarstufenschule. Abschließend erläutere ich einige erzieherische Gründe für die Notwendigkeit, den Kindern Zeit zu geben, damit sie über mehr individuelle Lernzeiten verfügen können.

Zum Zusammenhang von Bewegung und Rhythmisierung in der Ganztagschule

Aus der Bewegungsperspektive lassen sich drei Strukturmodelle von Ganztagschulen unterscheiden (vgl. Laging, Hildebrandt-Stramann & Teubner, 2005):

1. Die offene Ganztagschule und die kompensatorische Funktion von Bewegung
2. Die offene und teilgebundene Ganztagschule und die schulprofilbildende Funktion von Bewegung
3. Die gebundene Ganztagschule und die schul- und unterrichtskulturelle Funktion von Bewegung.

Das Angebot in einer offenen Ganztagschule umfasst einen zeitlichen Rahmen von ca. 8.00 bis 16.15 Uhr, wobei die Nachmittagsangebote grundsätzlich für die Schülerinnen und Schüler freiwillig sind. Nach einer erfolgten Anmeldung sind sie jedoch für ein halbes oder ein Schuljahr verpflichtend. Charakteristisch ist die Trennung von Unterricht am Vormittag und Betreuungs- und Freizeitangeboten am Nachmittag. Durch dieses additive Konzept ist eine Rhythmisierung im Sinne der Anpassung an individuelle Lern- und Biorhythmen kaum möglich. Ebenso ist keine konzeptionelle Verzahnung mit dem Vormittagsunterricht gegeben, so dass für eine Neukonzipierung von Ganztagsbildung wenige Impulse zu erwarten sind. Eine solche Schule ist weitgehend eine Stundenschule. Bewegung kommt im Vormittagsunterricht – wenn überhaupt – im Sportunterricht und im Fachunterricht dann vor, wenn die Konzentrationsfähigkeit der Schüler nachlässt. In solchen Fällen findet häufig eine vom Lehrer angeleitete Bewegungspause statt. Bewegung hat hier die Funktion, das Konzentrationsdefizit der Schülerinnen und Schüler so zu kompensieren, dass sie im weiteren Unterrichtsverlauf wieder konzentriert mitarbeiten können. Der Unterricht selbst ändert sich nicht.

Je nach Kooperationspartnern im außerschulischen Bereich oder Engagement einzelner Lehrer oder Eltern kann am Nachmittag eine spezielle Profilgebung der Schule ausgebaut werden. Hier haben Sport- und Bewegungsangebote häufig eine große Bedeutung, jedoch ohne Bezug zum eigentlichen Unterricht. Neben einer möglichen

Kompensationsfunktion kann Bewegung hier noch eine schulprofilbestimmende Funktion erhalten. Sport und Bewegung dienen der Stärkung einer Erziehung zum und durch Sport mit den Möglichkeiten der Kooperation von Schule und außerschulischen Partnern (vgl. Stibbe, 2006).

Die gebundene Ganztagschule bietet eine verbindliche Betreuungszeit von ca. 8.00 bis 16.15 Uhr. Unterrichtsinhalte können am Vor- und Nachmittagsunterricht erlernt werden. Der ausgeweitete zeitliche Rahmen ermöglicht verschiedene ganzheitliche Formen des Lernens, z.B. projektorientiertes, soziales, handlungsorientiertes, bewegtes und kooperatives Lernen. Der Tag kann in einem Rhythmus verlaufen, der kindlichen lernpsychologischen und biophysischen Bedürfnissen entspricht. In einer solchen Ganztagschule kann Bewegung in allen schulischen Zeiten und Räumen zur Klärung des Selbstverhältnisses und zum Weltverstehen beitragen.

Ich werde mich im Folgenden auf die Form der gebundenen Ganztagschule konzentrieren und beispielhaft skizzieren, wie der Schultag in einer Grundschule und in einer Sekundarstufenschule rhythmisiert werden kann. Für alle Ganztagschulen gilt jedoch die pädagogische Forderung nach einer kind- und jugendgerechten Gestaltung der Schule. Dazu gehört, dass sie mehr und etwas anderes sein müssen als lediglich eine Unterbringung von Kindern und Jugendlichen. Ganztagschulen sind keine Einrichtungen, die eine Vermehrung von Unterricht zum Ziel oder zur Folge haben, sondern freundliche Orte zum Leben.

Rhythmisierung in der Ganztagsgrundschule

Der Schultag von Grundschulkindern, so heißt es in den „Empfehlungen zur Neugestaltung der Primarstufe“ (Faust-Siehl u.a., 1996, S. 40), solle bestimmt sein durch einen sinnvollen Rhythmus einander ergänzender Formen des Lebens und Lernens, über die ja nach Erfordernis entschieden wird: Eine „Stundenschule“ mit 45-Minuten-Takten sei didaktisch und kinderpsychologisch ungeeignet und solle nicht mehr praktiziert werden. Ihre Aufgabe als Lernort könne die Grundschule nur gerecht werden, wenn sie eine dem Leben der Kinder bekömmliche Stätte sei. Das, was hier für die Halbtagschule gefordert wird, gilt genauso für eine offene und gebundene Ganztagschule, zumal in beiden Formen mehr Zeit für Kinder zur Verfügung steht als in einer Halbtagschule.

Wie kann solch ein Schultag aussehen?

In einer kindgerechten Grundschule wird der Stundenplan durch einen Tageslaufplan ersetzt. Ein Schultag ist dann ein Gefüge aus Lernsituationen und Lerngelegenheiten, bei denen Zeiten mit hohen Konzentrationsanforderungen altersgemäß sinnvoll wechseln mit solchen der Entspannung. Unterrichtsphasen, die vorwiegend von Erwachsenen gelenkt sind, wechseln mit jenen Situationen, in denen die Kinder

weitgehend selbst ihre Tätigkeiten bestimmen. Unterricht und Betreuung sind nicht voneinander getrennt, Frei-Zeiten sind gegenüber Lernzeiten nicht grundlegend anders bewertet. Die Schülerinnen und Schüler einer Klasse haben von Schulbeginn an Zeit, sich zusammenzuleben. Festgelegt sind nur die Inhalte und Zeiten desjenigen Unterrichts, der an Fachlehrer/innen (z.B. Sport) oder Fachräume (z.B. Sporthalle) gebunden ist. Die Inhalte der übrigen Zeiten gehen aus den Lernprozessen und Aktivitäten der Arbeitsgruppen hervor und sind Gegenstand der allmorgendlichen Arbeitsbesprechung.

Bewegung und sinnlich wahrgenommene Leiblichkeit taucht innerhalb solcher Phasen und auch zwischen den Phasen auf. Innerhalb solcher Phasen heißt, dass Bewegung vom Lehrer gezielt als Medium der Erkenntnisgewinnung genutzt wird, wenn es darum geht, im Rahmen z.B. eines Projektes zum Thema „Wasser und Luft“ die Kraft von Luft und Wasser zu spüren (vgl. Hildebrandt & Stramann, 1996). Zwischen solchen Phasen heißt, dass z.B. im Rahmen von Wochenplänen Übungen zur meditativen Konzentration oder zum Entspannen angeboten werden, die die Schülerinnen und Schüler auswählen und zu einem Zeitpunkt durchführen können, wenn sie es für notwendig erachten (vgl. Hildebrandt-Stramann, 1999, S. 152ff.). Genau in diesem Punkt der Individualisierung der täglichen Bewegungszeit unterscheidet sich eine subjektorientierte Rhythmisierung eines Schultags von einer für alle Schülerinnen und Schülern gleichzeitig verordneten täglichen Bewegungszeit mit möglicherweise noch vom Lehrer angewiesenen Übungen.

Rhythmisierung in der Sekundarstufe

In meinem Beispiel sind die Unterrichtszeiten in der Sekundarstufe in Ganztagsstunden gegliedert. Zwei von ihnen bilden jeweils einen der drei Zeitblöcke, aus denen der Schultag besteht. Dazwischen (z.B. von 10.30 bis 11.00 Uhr und von 13.00 bis 14.00 Uhr) liegen die beiden Pausen. Durch diese Zeitgliederung entsteht ein klarer, übersichtlicher Tagesrhythmus. Er erlaubt es Schülern wie Lehrern, ohne Gong auszukommen. Innerhalb dieses Tagesrhythmus ist das Verhältnis zwischen Unterricht und unterrichtsfreier Zeit von besonderer Bedeutung. Die Pausen sollen deshalb so lang sein, weil sie mehr als Pausen im üblichen Sinn (Verschnaufszeiten zwischen zwei Unterrichtsansforderungen) sein sollen: Eine Zeit, die die Kinder und Jugendlichen nach ihren Vorstellungen frei gestalten können. Dazu benötigen sie ein spezifisches Raumangebot: Wer in Ruhe lesen möchte, geht in die Bibliothek, wer sich entspannen will, geht in eine Entspannungsecke, wer sich körperlich betätigen und austoben möchte, geht zum Pausensport. In der Mittagspause gibt es einen Musierraum, eine Bewegungswerkstatt bzw. einen Werkraum, eine Bewegungswerkstatt in der Halle oder einen Bauspielplatz im Freien, wo man sich seine eigenen

Bewegungslandschaften bauen kann, einen Bolz-, einen Basketball- und einen Tischtennisplatz oder vieles mehr.

In der Sekundarstufe tritt an die Stelle des ganzheitlich ungefächerten Lernens die Gliederung in Fächer bzw. in Lernfelder. Aber auch in der ganztägigen Sekundarstufe sollen die herkömmlichen Prinzipien der Wissensvermittlung zugunsten pädagogischer Lernformen wie z.B. das Projektlernen, handlungsorientierte, fächerübergreifende Lernformen, Lernortwechsel, Freizeitplanung etc. ersetzt werden (vgl. Appel, 2005, S. 143). Auf diese Weise können mehrwöchige Zeiträume entstehen, innerhalb deren die Schülerinnen und Schüler ähnlich unterschiedlich arbeiten können und sollen, wie es ihnen von der Primarstufe her vertraut ist. Sie erleben also Fachunterricht in unterschiedlichen Formen und Zeiteinheiten: als Arbeit an einem Thema, die über längere Zeit andauert (Unterrichtseinheiten und Projekte, die in der Regel fächerübergreifend sind) und in größeren Zeitblöcken organisiert ist, als kontinuierliche Progression (z.B. im Fremdsprachenunterricht), die regelmäßig kürzere Zeiteinheiten erfordert, als Wahlunterricht, der den Einzelnen das Ausbilden individueller Lern- und Leistungsprofile ermöglicht, und als freie Arbeitszeit, die zwar auch in jeder anderen Unterrichtsform vorkommt, auf dem Stundenplan aber darüber hinaus mit je einer Wochenstunde ausgewiesen ist. Diese Strukturierung erlaubt eine Rhythmisierung des Tages, in der der Vormittag vorwiegend für Fachunterricht, der Nachmittag für Wahlkurse und freie Arbeit genutzt wird. Die erste Wochenstunde und die Nachmittagsstunde am Freitag liegen in der Hand des Klassenlehrers, so dass die Woche in der Regel mit einer Versammlung beginnen und ausklingen kann. Darüber hinaus finden Versammlungen immer dann statt, wenn etwas Wichtiges anliegt. Damit sind Versammlungen ein weiteres Rhythmisierungsmerkmal, über die Schüler ihren Tagesablauf gestalten können. Auch für die Sekundarstufe gilt wie für die Primarstufe, dass Bewegung im Rahmen der Binnenrhythmisierung als Medium der Erkenntnisgewinnung z.B. im Rahmen bewegter Themenerschließung genutzt wird. So kann im Deutsch- oder Englischunterricht das Szenische Spiel als Mittel der Texterschließung (Hildebrandt-Stramann, 2004) oder im Mathematikunterricht Bewegung als Mittel zum Verstehen arithmetischer und geometrischer Grundlagen (Winter, 2006) auftauchen.

Begründungen für „mehr Zeit für Kinder und Jugendliche“

Der Schultag ist für Kinder und Jugendliche immer eine bedeutsame Lebenssituation, zumal dann, wenn er sich über den ganzen Tag erstreckt. Diese Lebenssituation ist zudem die einzige, auf deren erzieherische Qualität Lehrerinnen und Lehrer nahezu ungehindert Einfluss nehmen können. Für „mehr Zeit für Kinder und Jugendliche“ sprechen folgende erzieherischen Gründe, deren Umsetzung zwangsläufig – wie gezeigt wurde – in rhythmisierte Tagesabläufe mündet:

1. Wenn wir wollen, dass sich Kinder und Jugendliche einer Schulklasse vertragen oder zumindest ertragen, also friedlich miteinander auskommen, dann müssen wir ihnen Gelegenheiten geben, sich jenseits schulischer Anforderungen kennen- und verstehen zu lernen, ihre Stärken und Schwächen, Vorlieben und Besonderheiten – die je eigenen wie auch die der anderen – zu entdecken und zu berücksichtigen. Dazu benötigen sie ungebundene Zeit. Ungebundene Zeit ist für Grundschul Kinder häufig Bewegungszeit. Denn gerade über Bewegung und Körperlichkeit setzen sich Schüler in Beziehung (vgl. Funke-Wieneke, 1997).
2. Wenn wir wollen, dass die Kinder und Jugendliche der Sprache mächtig werden, also lernen, sich miteinander über Sachen und über Beziehungen zu verständigen, dann müssen wir Gelegenheiten schaffen, in denen sie den Austausch miteinander pflegen, weil er ihnen ein Bedürfnis ist. Dazu benötigen sie Kommunikationszeit. Dazu gehört, dass sie sich zumindest teilweise im Klassenraum frei bewegen und sich z.B. ihren Arbeitsplatz frei wählen können.
3. Wenn wir wollen, dass die Kinder und Jugendlichen eigenständig arbeiten, Interessen entdecken und ihnen auf den Grund gehen, dann dürfen wir sie nicht mit Anforderungen überfrachten, sondern müssen ihnen – neben allen Aufgaben, die Schule so mit sich bringt – Gelegenheiten geben, in denen sie mit Muße eigenen Vorhaben nachgehen können, auf eigene Weise, allein oder zusammen mit Freunden. Dafür benötigen sie individuelle Lernzeit, die sie z.B. in der Frei- und Projektarbeit bekommen. Zur individuellen Lernzeit gehören auch individuelle Lernformen. Eine solche individuelle Lernform ist die handelnde, also auch die bewegte Auseinandersetzung mit einem Thema, die für viele Kinder die erste adäquate Form der Erkenntnisgewinnung darstellt, bevor sie sich bildhaften und symbolischen Lernformen zuwenden.
4. Wenn wir wollen, dass sich alle Kinder und Jugendlichen, also auch die besonders langsam Lernenden und die besonders Begabten, bestmöglich entwickeln, dann müssen wir Situationen schaffen, in denen jeder Schüler an ihm gemäßen Herausforderungen lernen kann – im eigenen Tempo und mit dem Maß an Unterstützung, das es gerade braucht. Dazu benötigen sie Förder- und Forderzeit.
5. Wenn wir wollen, dass Kinder und Jugendliche mit aufmerksamen Augen und Ohren durch die Welt gehen, Zusammenhänge erkennen und darüber nachdenken, dann müssen wir ihnen Zeit geben, das Lernen mit dem zu verbinden, was unmittelbar zu ihrem Leben gehört. Dazu benötigen sie Zeit zum Lernen mit allen Sinnen, Zeit zu bewegungsaktivem Weltverstehen (vgl. Laging, 2005, S. 159ff.). Damit ist gemeint, die Kinder in ihrer elementaren leiblich-sinnlichen und geistigen Existenz ernst zu nehmen und diese durch unterschiedliche Lernformen zu fordern und zu fördern. Einer bloßen „Bearbeitung der Köpfe“ (Preuß-Lausitz, 1992, S. 1) wird damit eine deutliche Absage erteilt.

Literatur

- Appel, S. (2005). Handbuch Ganztagschule. 5. Auflage. Schwalbach/Ts: Wochenschau.
- Bildungskommission NRW (Hrsg.). (1995). Zukunft der Bildung – Schule der Zukunft. Neuwied und Berlin.
- Burk, K. (2006). Zeit und Rhythmus in der Ganztagschule. In K. Burk & H. Deckert-Peaceman (Hrsg.), Auf dem Weg zur Ganztags-Grundschule (S. 28-42). Frankfurt am Main: Grundschulverband.
- Faust-Siehl, G., Garlichs, A., Ramseger, L., Schwarz, H. & Warm, U. (1996). Die Zukunft beginnt in der Grundschule. Empfehlungen zur Neugestaltung der Primarstufe. Reinbek: Rowohlt.
- Funke-Wieneke, J. (1997). Soziales Lernen. Sportpädagogik, 21 (2), 28-39.
- Hildebrandt-Stramann, R. (1999). Bewegte Schulkultur. Schulentwicklung in Bewegung. Butzbach-Griedel: Afra.
- Hildebrandt-Stramann, R. (2004). Vom Kopf auf die Füße – Lehren und Lernen in einer bewegten Lernkultur. In R. Zimmer & I. Hunger (Hrsg.), Wahrnehmen, Bewegen, Lernen. Kindheit in Bewegung (S. 90-97). Schorndorf: Hofmann.
- Hildebrandt, R. & Stramann, B. (1996). Die Kraft von Luft und Wasser spüren. sportpädagogik, 20 (6), 41-45.
- Laging, R. (2005). Bewegung und leibliche Bildung – bewegungspädagogische Überlegungen zum Bildungsbeitrag des Schulsports. In J. Bietz, R. Laging & M. Roscher (Hrsg.), Bildungstheoretische Grundlagen der Bewegungs- und Sportpädagogik (S. 159-179). Baldmannsweiler: Schneider.
- Laging, R., Hildebrandt-Stramann, R. & Teubner, J. (2005). Bewegung, Spiel und Sport in der Ganztagschule. Unveröffentlichtes Manuskript.
- Stibbe, G. (2006). Ganztagschule mit Programm. sportpädagogik, 30 (6), 48-50.
- Preuß-Lausitz, U. (1992). Mehr Zeit für Kinder. Die Grundschulzeitschrift 59, 1.
- Winter, H. (2006). Mathematik mit Hand und Fuß – Bewegung im Mathematikunterricht. In R. Hildebrandt (Hrsg.), Bewegte Schulkultur. Baldmannsweiler: Schneider. (im Druck).