

Pädagogische Führung

Zeitschrift für Schulleitung und Schulberatung

5 | 2012
23. Jg., PädF

ISSN 0939-0413 · G 11817
Art.-Nr. 07780 205

 **DSLK**
Deutscher
Schulleiterkongress

07.–09. März 2013 • Düsseldorf
Die führende Veranstaltung für
Sie als Schulleiter – sichern Sie sich
bereits jetzt Ihre Teilnahme 2013
und den Frühbucherrabatt
von über 20%!

Jetzt Frühbucherrabatt sichern!

www.deutscher-schulleiterkongress.de

Thema

Unterrichtsqualität

Reflexionskultur und Hospitationsringe

Wie wirkt sich ein Schulkonzept auf die Leistungen der Schüler aus?

Offener Unterricht und Individualisiertes Lernen

Integration neuer und älterer Kollegen und Feedback von Eltern und Schülern

Professionelle Kooperation fördern

Jahrgangsteams – Thematische Teams – Steuergruppen.
Welche Aufgaben hat dann noch die Schulleitung?

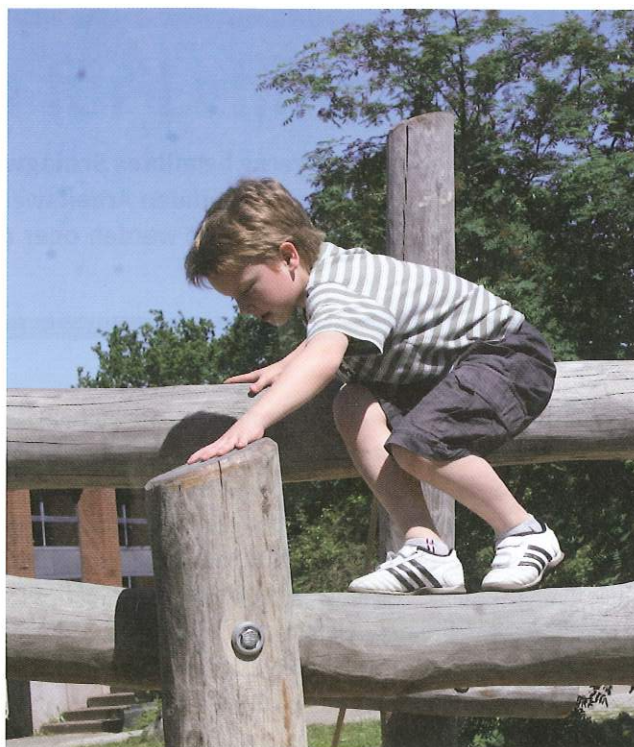


Carl Link

Bewegtes Lernen

214

Bewegung und Gesundheit stehen bei der Fridtjof-Nansen-Grundschule in Hannover hoch im Kurs. Dafür wurde sie schon mehrfach ausgezeichnet: 2008 mit dem Pulsus-Gesundheitspreis, 2009 mit dem Deutschen Präventionspreis und mit dem Integrationspreis des DFB. Welches Konzept liegt dem Erfolg zugrunde?



Hermann Städtler

Die Fridtjof-Nansen-Schule (FNS) ist eine Halbtagsgrundschule mit dem Schulprofil Bewegung und Gesundheit. Sie liegt im sozialen Brennpunkt Hannover-Vahrenheide. Der Schulalltag orientiert sich an unserer Präambel, in der individuelle Förderung, Toleranz, Umweltbewusstsein und Gesundheitsförderung besonders hervorgehoben werden. Bewegung ist in unserer Schule ausdrücklich erwünscht. Sie ist zentrales Element bei der Gestaltung von Lernprozessen. Sie berührt alle Menschen, die in der Schule arbeiten, lernen und leben. Deshalb ist es uns wichtig, das Bewegungsbedürfnis der Kinder aufzugreifen und ihre gelebte Bewegungsfreude zu unterstützen. Dieses Vorgehen ist ressourcenorientiert und geht von Stärken der Kinder statt von vermeintlichen Schwächen aus.

Was verstehen wir unter »Bewegter Schule«?

Der Begriff Bewegte Schule lässt zunächst auf sportpädagogische Intentionen schließen, die mit der täglichen Bewegungszeit, der bewegungsgerechten Gestaltung von Schulhöfen und mit Bewegungspausen im Unterricht

auf die Bewegungsarmut in Schulen zu reagieren versucht. Diese kompensatorische Ausrichtung führte in der Vergangenheit dazu, dass Konzept der Bewegten Schule als sportives Rezept gegen die Sitzschule misszuverstehen. Diese Haltung gilt es zu überwinden, weil spätestens im Zuge der Schulqualitätsentwicklung klar geworden ist, dass sich vor allem Unterrichtsinhalte und -methoden, Schulorganisation und der Lern- und Lebensraum Schule verändern müssen. So wird aus dem bewegten Unterricht bewegendes Lernen, indem der Eigentätigkeit der Schülerinnen und Schüler hohe Priorität eingeräumt wird. Die Bewegungsimpulse im Unterricht spielen dabei als Auflockerung eine untergeordnete Rolle.

Die Bewegte Schule hat die Aufgabe, ganzheitliches Lernen zu fördern, Schulleben zu gestalten und Schul- und Unterrichtsentwicklung zu unterstützen. Bewegung muss im Kopf von Verantwortlichen beginnen, damit sie nicht in erstarrten Strukturen von Schule steckenbleibt. Somit ist der Begriff »Bewegte Schule« auf das ganze soziale System Schule zu beziehen und schließt Lehrkräfte, Schulleitungen, die Schulaufsicht, Schülerinnen und Schüler und ihre Eltern mit ein.

Schule in Bewegung zu bringen heißt für uns, Schule zu verändern durch eine kind-, lehr- und lerngerechte Rhythmisierung des Unterrichts, durch bewegendes, bewegtes und selbsttätiges Lernen, durch bewegte Pausen, durch bewegende, beteiligende und damit gesundheitsfördernde Organisationsstrukturen, durch Öffnung der Schule nach außen, durch vernetztes Denken.

Unser Handlungsansatz: starke Lehrkräfte – starke Schüler

Ein besonderes Augenmerk richten wir in unserem Schulprogramm auf die Gesundheit der Lehrkräfte. Wir arbeiten kontinuierlich an der Ausbildung des Kohärenzsinn als stärkste Ressource gegen berufliche Belastungen. Die zentrale Rolle der Lehrkräfte für gelingende Lehr- und Lernprozesse wird damit von uns hervorgehoben und als Voraussetzung für Veränderungen in den Mittelpunkt gestellt. Wir wissen: Nur starke Lehrkräfte und Lernbegleiter nützen Schülerinnen und Schülern.

Bewegte Schule entspricht in diesem Sinn dem ressourcenorientierten und salutogenen Ansatz der Weltgesundheitsorganisation (WHO), der vor allem die Fähigkeit jedes Einzel-

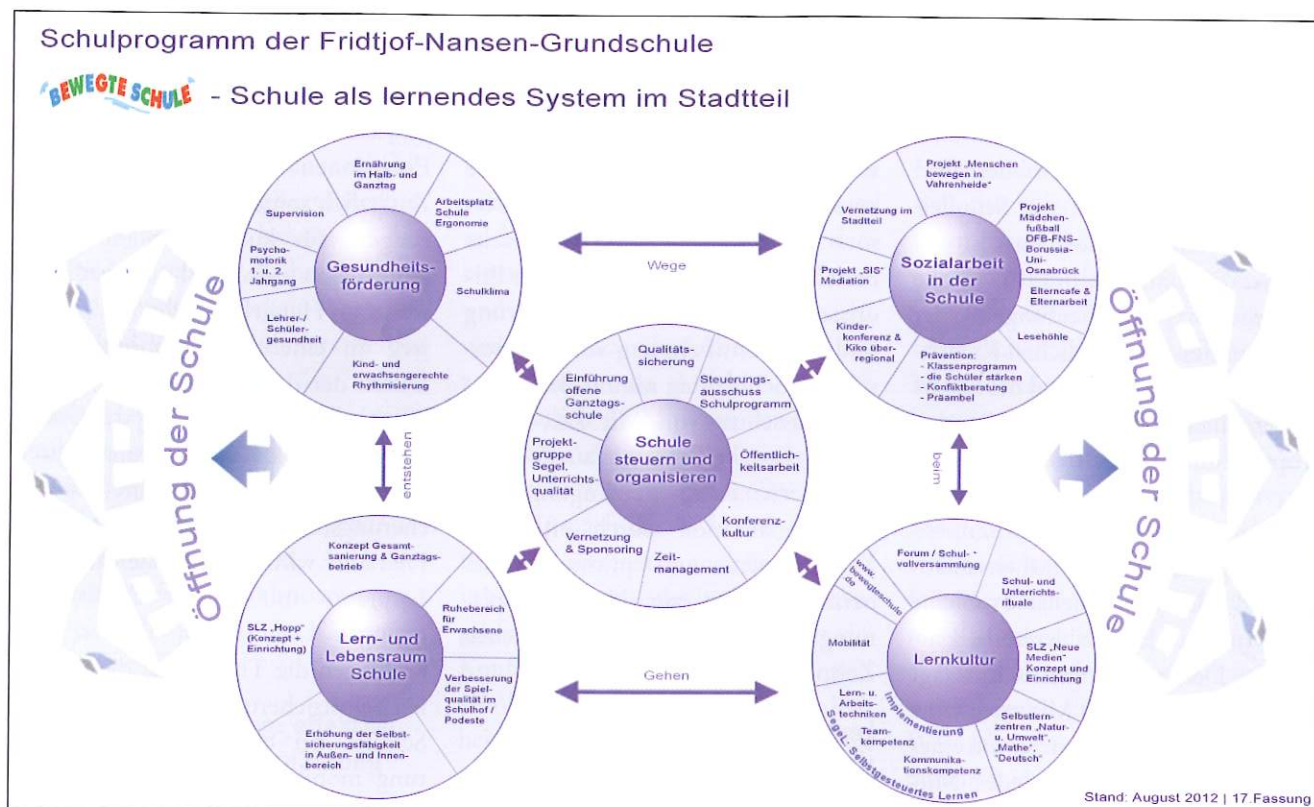


Abb. 1: Schulprogramm der Fridtjof-Nansen-Grundschule

nen zur Erhaltung und Stärkung seines Wohlbefindens fördern will. Dabei ist das Kohärenzgefühl mit seinen Dimensionen der Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit die entscheidende Grundlage für die körperliche und seelische Gesundheit (vgl. Antonovsky 1997). Die gesundheitliche Bedeutung von Bewegung ist in diesem Kontext unumstritten. Deshalb ist für uns bewegte Schule immer auch gesunde Schule, selbst wenn Bewegung nur im Zusammenspiel mit anderen gesundheitsförderlichen Maßnahmen für mehr Gesundheit und Qualität im System Schule sorgen kann.

Welche Qualität steckt hinter dem Konzept der Bewegten Schule?

Mit dem Orientierungsrahmen Schulqualität liegt allen Schulen Niedersachsens ein Konzept vor, an dem sie sich bei der Entwicklung zur eigenverantwortlichen Schule ausrichten können. Die Übertragung der Qualitätsmerkmale erfolgt im Konzept der Fridtjof-Nansen-Schule zunächst in drei zentralen Handlungsfeldern, die modellhaft in

drei ineinander greifende Räder angeordnet sind:

- »Schule steuern und organisieren«: Wie lassen sich förderliche Bedingungen für eine bewegte Schule in die Schulorganisation einbinden?
- »Unterrichtsqualität«: Wie kann Lernen durch Bewegung und bewegungsbegleitende Aktivitäten für Schüler und Lehrkräfte motivierender und wirkungsvoller gelingen?
- »Lern- und Lebensraum Schule«: Wie können die räumlichen Bedingungen an einer Schule dazu beitragen, Bewegung zuzulassen, zu fordern und zu fördern?

Im Schulprogramm der Fridtjof-Nansen-Schule (FNS) sind neben diesen drei zentralen Handlungsfeldern des Konzepts zur Bewegten Schule Niedersachsens zwei weitere Handlungsfelder entstanden, die das spezifische Profil verdeutlichen:

- »Sozialarbeit in der Schule«: Wie kann durch die Verbindung von sozial- und schulpädagogischen Interventionen die erfolgreiche Teilhabe am gesellschaftlichen Leben für Schüler aus 31 Nationen gesichert werden?

- »Gesundheitsförderung«: Wie können Lehrkräfte und Schüler den Schulalltag trotz steigender Anforderungen kohärent bewältigen und darüber gesunde Lebenshaltungen entwickeln?

Dementsprechend wird das Schulprogramm der FNS über fünf, sich wechselseitig bedingende Inhaltsbereiche definiert (vgl. Abb. 1). Dem Gesundheitsaspekt kommt dabei eine zentrale Bedeutung zu. Für jeden Schwerpunkt ist eine von der Gesamtkonferenz gewählte Leitung zuständig, die eigenverantwortlich mit ihrem Team die Umsetzung in die Unterrichtspraxis oder in das Schulleben plant und steuert. Sie ist Mitglied im Steuerungsausschuss der Schule.

Schule steuern und organisieren: Steuerungsausschuss und Zeitmanagement

Wer hausgemachte »Krankmacher« im traditionellen System Schule verändern will, muss bei den Hierarchien beginnen. An der FNS bedeutete dies, dass ein gewichtiger Teil der Verantwortlichkeiten von der Schulleitung auf einen Steuerungsausschuss über-

tragen wird, der sich aus je einem Vertreter der fünf Schulprogramm-schwerpunkte und der Leiterin des integrierten Hortes zusammensetzt. Der Schwerpunkt »Schule steuern und organisieren« wird von der Schulleitung vertreten. Der Ausschuss ist von der Gesamtkonferenz beauftragt, alle wesentlichen Entscheidungen der Schule in den wöchentlichen Kurzsitzungen voranzutreiben und bei Bedarf zu beschließen. Die zu verteilenden »Topf«-Stunden, Öffentlichkeitsarbeit, Projektmanagement, Qualitätssicherung, Sponsoring, Finanzen, interne Organisation von Arbeitsabläufen und Klärung aktueller Probleme liegen in den Händen der sechs Entscheider. Der Steuerungsausschuss tagt wöchentlich jeweils 30 Minuten; seine Mitglieder sind im Gegenzug von einer Pausenaufsicht entlastet. Jedes Mitglied hat eine Stimme, bei Stimmengleichheit nutzt der oder die Vorsitzende die Möglichkeit einer weiteren Stimme, damit auf jeden Fall eine Entscheidung zustande kommt. Der Ausschuss hat Berichtspflicht in der Gesamtkonferenz. Entscheidungen werden befristet und nach verabredeter Probezeit wieder auf den Prüfstand gestellt. Gesundheitsfördernd für das Kollegium ist dabei, dass Entscheidungen mutiger, schneller und kompetenter getroffen werden, sogar mit dem geringen Risiko, dabei auch Fehler zu machen. Diese verteilen sich genauso wie die Erfolge auf die Schultern vieler.

Der sorgfältige Umgang mit Zeit ist ein Qualitätsmerkmal von bewegter und gesunder Schule, sofern Kräftepotenziale primär von den Ressourcen des Kollegiums her gedacht und in ein zu bewältigendes Anforderungsprofil gebracht werden. Damit versuchen wir, einem auf Dauer krankmachenden Überlastungsgefühl (»nie werde ich fertig«) entgegenzuwirken und offen für lohnende Entwicklungsimpulse zu bleiben. Im Zuge unseres Zeitmanagements trennen wir zwischen Kerngeschäft und flankierenden Aktivitäten, priorisieren in Abhängigkeit von vorhandenen Zeitressourcen und entscheiden bei neuen Anforderungen

in Abhängigkeit von ihrer Bedeutung jeweils neu, mit welcher Intensität wir uns ihnen widmen. Denn die professionelle Annahme einer neuen Aufgabe setzt voraus, dass eine andere Aufgabe bereits erledigt ist und wieder Zeitressourcen frei geworden sind oder bereits bestehende Aufgaben im Zuge der Priorisierung entfallen. Die Priorisierung und die Identifizierung von Zeitfressern im Schulalltag nimmt der Steuerungsausschuss vor. Mit Zeit besser umzugehen, heißt für uns auch, neben verbesserten Rahmenbedingungen die Selbstorganisation durch effizientes Zeitmanagement zu optimieren. Dies berührt Fragen zur Unterrichtsplanung und Methodik, zur realistischen Zeitplanung.

Lernkultur und Unterrichtsentwicklung

Es ist effizient und entlastend, wenn sich Lehrkräfte auf Inhalte, Methoden und Rituale einigen können. Dies geschieht bei uns durch eine für alle Klassen verbindliche Unterrichtssystematik und weitere Qualitätskategorien der Unterrichtsentwicklung im Zuge des eigenverantwortlichen Lernens und Arbeitens (SEGEL). Die nachhaltige Arbeit mit einem gemeinsamen pädagogischen und methodischen Nenner setzt in unserer Schule hohe Steuerungsenergie und die immer wieder neu anzufachende Bereitschaft des Kollegiums voraus, Vertrauen in die mittelfristige Wirkung neuer Lernstrategien zu investieren. Auch dieser Baustein wird von einer Projektgruppe »Unterrichtsentwicklung« aus dem Schwerpunkt »Lernen neu organisieren« gesteuert.

Lern- und Lebensraum Schule: Freiraumkonzepte und Ruhezonen

Im Freiraum der FNS werden den Kindern viele Handlungsmöglichkeiten geboten, um sie immer wieder zu Spiel und Bewegung zu animieren. Dabei erwerben sie wie nebenbei soziale, motorische und kognitive Kompetenzen. Sie können klettern und balancieren, das Gelände motiviert mit einer Hügellandschaft zum

Auf- und Abtaufen, es gibt Gelegenheiten zum Hinunterspringen und zum Verstecken, Flächen zum Bewegen auf Rollen, aber auch Orte zum Entspannen und für Gespräche. Zusätzlich sorgen »Bewegungsverführungen« für kurze spontane Bewegungszeiten zwischendurch, beispielsweise am Hangelpfad, der am Hauptweg an einer Mauer montiert ist. Durch den Umgang mit Risiko und Wagnis bei der Benutzung der Geräte bringen wir die Kinder dazu, mit ihren Grenzen zu spielen und ihre Selbstsicherungsfähigkeit auszubauen. Der Freiraum wird so zum Lebens- und Lernraum mit hohem Effekt. Die geringen Unfallzahlen an der FNS bestätigen die These, dass die mentalen Selbstsicherungsmechanismen der Schüler bei entsprechender Gestaltung mobilisiert werden. Der GUV Hannover hat zudem ermittelt, dass die Schwere der Verletzungen bei uns geringer ist als bei Schulen mit unterfordernden Freiräumen.

Zur intensiven Nutzung der Freiräume ist es nötig, den Schulalltag mit ausreichend langen Pausen zu rhythmisieren. Zwei große Pausen von je 30 Minuten haben sich bei uns bewährt. Pausen unter 20 Minuten lassen unserer Erfahrung nach keine aktive Nutzung des Freiraums zu. Auch in Vertretungsstunden oder bei kurzen Auszeiten vom Unterricht bietet der Freiraum einen hohen Erholungs- und Spielwert.

Auch Räume zum Wohlfühlen und Entspannen schonen die Kräfte. Wir profitieren sehr von einer selbstgeplanten Ruhezone im Freien, die nur Erwachsenen vorbehalten ist und dank ihrer ästhetischen Gestaltung immer wieder nach draußen lockt.

Sozialarbeit in der Schule: Integration durch Mädchenfußball

Mitgliederzahlen belegen, dass Mädchen mit Migrationshintergrund kaum Sportvereinen angehören. Mit dem DFB-Projekt »Mädchenfußball« wollen wir das ändern und mehr Mädchen in örtliche Sportvereine einbinden. Im Zuge von Arbeitsgemein-

schaften und Trainingsangeboten sind viele Schülerinnen schon über Jahre aktiv und inzwischen größtenteils in den Verein eingetreten. Derzeit spielen dort acht Mannschaften mit Schülerinnen unserer Schule begeistert mit. Besonders interessiert hat uns bei diesem Projekt, wie der Reibungsverlust in der Zusammenarbeit zwischen Schule und Verein minimiert werden kann. Mit Blick auf die rasante Zunahme von Ganztagschulen müssen aus unserer Sicht neue Kooperationsmodelle entwickelt werden, die auch andere Sinnrichtungen des Sporttreibens ansprechen. Auch die Einführung von Schulsportvereinen wäre eine Perspektive für Ganztagschulen.

Gesundheitsförderung: effektive Rhythmisierung und Ernährung

Den Schulalltag zu rhythmisieren und Zeitfenster für wichtige Routineaufgaben einzurichten, gehört zum Schulprogramm-Baustein »Kind- und lehrergerechte Rhythmisierung«. Der Schulvormittag wird im rhythmischen Wechsel zwischen Belastung und Entspannung gegliedert. Das beginnt mit einem gleitenden Einstieg: Ab 8.00 Uhr ist das Schulgebäude für die Kinder geöffnet; die Lehrkräfte sind ab 8.15 Uhr in der Klasse und bis 8.30 Uhr müssen alle Kinder im Klassenraum eingetroffen sein, um den Unterricht mit einem Ritual im Steh- oder Sitzkreis zu beginnen. Gefrühstückt wird im Anschluss an die 30-minütige große Pause im Klassenverband. Wir haben im Laufe der Jahre gemerkt, wie wichtig, weil gesundheitsfördernd, der sorgfältige Umgang mit der eigenen Lebenszeit und der der anderen ist. In den Pausen haben dienstliche Angelegenheiten daher zurückzustehen. Professionelle und durchdachte Informationsweitergabe erleichtert die Erholung zwischen den Unterrichtsstunden. Elterngespräche in den Pausen sind nur in Notfällen zugelassen. Stattdessen werden Termine nach dem Unterricht verabredet. Dies sorgt für entspannte Gespräche. Anfangs- und Schlusszeiten der Konfe-

renzen sind verbindlich festgelegt und fördern die Selbstdisziplinierung und Sachbezogenheit aller Teilnehmer.

Dieses neue Verständnis im Umgang mit Arbeitszeit und Lebenszeit ist eng mit dem Schwerpunkt »Schule steuern und organisieren« verknüpft, in dem mithilfe von Zeitmanagement Stress und Überlastung entgegengesteuert werden soll. So praktizieren wir seit zwei Jahren ein Modell, in dem wöchentlich 45 Minuten außerunterrichtliche Arbeitszeit in die Schule verlegt wird. Wir treffen uns jeweils am Dienstag nach der 5. Stunde im Plenum und arbeiten dann je nach Bedarf in Kleingruppen oder im Gesamtkollegium. Diese Rhythmisierung spart viel Konferenz- und Anfahrtszeit und erhöht deutlich die Arbeitszufriedenheit im Kollegium. Außerdem gelingt es uns mit dieser Organisationsform, den Informationsfluss für das Kollegium aktuell zu halten und notwendige Entscheidungen zeitnah zu treffen.

Die Einrichtung der Rohkost-Frühstückergänzung geht darauf zurück, dass viele Schülerinnen und Schüler ohne oder nur mit einem ungesunden Frühstück in die Schule kommen. Deshalb wird wöchentlich jeweils eine Klassenstufe mit einer Rohkostergänzung zum eigenen Frühstück versorgt. Im Zuge der Einführung der offenen Ganztagschule ist eine Mischzubereitung des Mittagessens mit frischen und eingefrorenen Lebensmitteln vorgesehen.

Fazit

Entwicklung braucht Zeit. Das Schulprogramm wurde im Zuge der Expobewerbung »Welche Schule braucht die Zukunft unserer Welt« 1999 erstellt und liegt inzwischen in der 17. Fassung vor, wobei wir immer wieder überprüfen, welche Routineaktivitäten noch Bestand haben, überarbeitet werden müssen oder wo neuer Entwicklungsbedarf besteht. Als hilfreich hat sich erwiesen, nur solche Aktivitäten in das Programm aufzunehmen, bei denen die Zielformulierung eindeutig, der Inhalt klar und knapp beschreibbar, die Zeitleiste realistisch, die Selbstvergewisserung oder Fremd-

evaluation und die verantwortliche Person benannt sind. Fehlt auch nur eine der fünf Kategorien, wird diese Aktivität aus dem Schulprogramm entfernt. Hilfreich ist auch der Vorschlag, nur dann Neues aufzunehmen, wenn zuvor Platz im Schulprogramm geschaffen wurde.

Wir profitieren im Zuge unserer kontinuierlichen Schulentwicklung von der klaren Struktur des »Räderwerks« der Bewegten Schule. Die drei grundlegenden Handlungsfelder (»Räder«) machen das Grundgerüst der Bewegten Schule Fridtjof-Nansen aus und erfassen übersichtlich die wesentlichen Qualitätsmerkmale des Orientierungsrahmens Schulqualität aus Praxissicht.

Die Stärke dieses systemischen Ansatzes liegt in der Verdeutlichung der Wechselwirkung aller Beteiligten im System Schule. Bewegung ist somit kein isolierter Baustein im additiven Gefüge zahlreicher Interventionen, sondern sorgt als Treiber für die notwendige dynamische Verbindung des Räderwerks und für die notwendige Abstimmung. Bewegung steht hier für Entwicklung, wobei der Bildungswert der Bewegung im Sportunterricht keineswegs gemindert wird. In diesem Sinn hat sich die FNS seit diesem Schuljahr zu einer offenen Ganztagschule mit dem Profil Bewegung und Gesundheit gewandelt. Langfristig arbeiten wir an der Einführung eines teilgebundenen oder gebundenen Ganztagsbetriebs.





Hermann Städtler
ist Schulleiter der Fridtjof-Nansen-Schule (FNS) in Hannover und Leiter des KMK-Projekts »Bewegte Schule Niedersachsen« (www.fns-online.de).

Literatur
Abeling, I./Städtler, H.: »Bewegte Schule – mehr Bewegung in die Köpfe«, in: Die Grundschulzeitschrift, 212.213/2008.
Antonovsky, A.: Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen 1997.
Städtler, H./Wippermann, I.: Selbstlernzentren an einer Grundschule, in: Bönsch, M. (Hrsg.): Selbstgesteuertes Lernen in der Schule, Westermann 2006.