



„Klasse Mobil“ - eine Klasse macht sich auf den Weg

Frau Anja Wolf-Sichelschmidt / Herr Horst Krög, Theodor-Heuss-Realschule Walldorf

Motive und Vorüberlegungen

Die Lebensrealität unserer Schülerinnen und Schüler, sowie auch unserer gesamten Gesellschaft hat sich innerhalb der letzten Jahre radikal verändert. Die Medienflut, zunehmende Scheidungsraten und der Leistungsdruck unserer Informationsgesellschaft spiegeln sich in physischen und psychischen Problemen wider, mit denen unsere Kinder und Jugendliche zu kämpfen haben. In zunehmendem Maße werden auch Lehrerinnen und Lehrer mit diesen Schwierigkeiten konfrontiert, müssen täglich darauf reagieren und Antworten und Wege finden, um mit diesen neuen Herausforderungen adäquat umzugehen.

Immer mehr Schülerinnen und Schüler haben beispielsweise Konzentrationsprobleme und Schwierigkeiten, sich im sozialen Umfeld angemessen zu verhalten. Oft gehen diese Defizite einher mit Essstörungen, mangelnder körperlicher Koordinationsfähigkeit und anderen Teilleistungsstörungen.

Aus den oben kurz skizzierten Beobachtungen und Erfahrungen heraus, haben wir vor zwei Jahren Überlegungen angestellt, in einer unserer Eingangsklassen gezielt bewegungs- und ernährungsorientierte Unterstützungsmaßnahmen zu initiieren. Die Erkenntnisse der neurobiologischen Forschung der letzten Jahre, die einen engen Zusammenhang zwischen körperlicher Bewegung und kognitiver Leistung sowie höhere Konzentrationsfähigkeit belegen, sowie Veröffentlichungen und Pilotprojekte, welche die Implementierung von Bewegungseinheiten in der Schule fordern, haben uns in unserem Bestreben, ein eigenes Konzept zu erarbeiten bestärkt.

Vorbereitende Maßnahmen

Zunächst einmal versuchten wir, nach theoretischen Vorüberlegungen, unser Konzept auf eine breite Basis zu stel-

len. Wir wollten damit erreichen, möglichst viele innerschulische und außerschulische Kooperationspartner für unsere Idee zu gewinnen. Unserer Ansicht nach ist eine interdisziplinäre Herangehensweise nicht nur fachlich, sondern auch ökonomisch und praktisch von Vorteil (siehe Abb 1). An diesem Punkt der Planung erfuhren wir fast ausnahmslos positive und motivierende Rückmeldungen.

Die Zustimmung der Schulleitung sollte dabei naturgemäß an erster Stelle stehen. In Absprache mit dieser verfassten wir einen Antrag an das Staatliche Schulamt mit der Bitte um die Genehmigung des Konzeptes bzw. einer Pilotklasse und zweier zusätzlicher Sportstunden pro Woche. Um den organisatorischen Aufwand möglichst gering zu halten und Grundsatzdiskussionen zu vermeiden, bot es sich an, Vorabinformationen an die Gesprächspartner zu versenden (siehe Abb 2). So konnten sich die angesprochenen Personen einerseits schnell einen Überblick über Inhalte und Zielsetzung verschaffen und wir uns lange Erklärungen am Telefon ersparen.

Nach den ersten Sondierungsgesprächen mit möglichen Kooperationspartnern kam für uns die erste Ernüchterungsphase. Es zeigte sich, dass von einigen die Bedeutung unseres Konzeptes zwar als wichtig und notwendig eingestuft wurde, sie eine konkrete Unterstützung aber aus personellen, finanziellen oder anderen Gründen ablehnten. Ungeachtet der Absagen planten wir innerschulisch weiter und verstärkten die Zusammenarbeit mit den verbliebenen Kooperationspartnern.

Kooperationspartner Eltern

Der nächste Schritt, der uns wichtig erschien, war eine uneingeschränkte Mitarbeit und Zustimmung der Elternschaft. Unserer Ansicht nach ist eine

erfolgsversprechende Arbeit nur dann möglich, wenn bestimmte bewegungs- und ernährungsorientierte Inhalte von den Eltern nicht nur akzeptiert, sondern auch aktiv im Familienleben mitgetragen und gefördert werden. Bei einem Tag der offenen Tür stellten wir deshalb unser Konzept den Eltern vor und verteilten Flyer mit den wichtigsten Aspekten. Gleichzeitig wurde der Hinweis über die Einrichtung einer Pilotklasse gegeben, in welche die Eltern ihre Kinder bei Interesse anmelden konnten. Am Tag der Einschulung lag also, neben den normalen Erfassungslisten, für die Eltern eine gesonderte Liste „Klasse Mobil“ aus. Bald war klar, dass eine solche Klasse gebildet werden würde und ab dem SJ 2010/11 an den Start gehen konnte.

Konkrete Planung und Umsetzung

In den letzten zwei Monaten vor den Sommerferien ging es an die konkrete Umsetzung und Planung bezüglich Stundentafel, Lehrerteam in der „Klasse Mobil“, erste Unterrichtswoche, Schullandheimaufenthalt in der Sport- schule Schöneck, Elternabend und vieles anderes mehr. Beim Lehrerteam haben wir angestrebt – neben den Klassenlehrern – möglichst viele Fachlehrer in die Klasse zu bekommen, die entweder Sport studiert haben oder unterrichten.

Alle Kolleginnen und Kollegen wurden ausführlich über das Konzept „Klasse mobil“ unterrichtet und waren sehr motiviert dieses fächerübergreifend mitzutragen.

Am Tag der Einschulung fand zeitgleich der erste Elternabend statt. Hier wurde das Konzept nochmals ausführlich erläutert, zu Fragen Stellung genommen und die Zusammenarbeit mit den Eltern als ein wichtiger Bestandteil hervorgehoben. Die Abstimmung über den Ende November geplanten Schullandheimaufenthalt verlief mit einem einstimmigem Votum positiv. Weitere



Schule bewegt sich

Durch die zunehmende Mobilität, die fortschreitende Technisierung unserer Gesellschaft und den stark wachsenden Medienkonsum, verändert sich auch das Bewegungsverhalten unserer Schülerinnen und Schüler. Viele Folgeerkrankungen bzw. Teilleistungsschwächen lassen sich auf diesen Bewegungsmangel zurückführen. Unter vielen anderen Aspekten sind im schulischen Bereich folgende Schwächen signifikant:

- Falsche Körperhaltung und mangelnde Bewegung führen zu Problemen im Muskel – und Skelettsystem
- Konzentrationsmangel
- Vermehrtes Auftreten von ADHS
- Bewegungsarmut führt zu motorischen Defiziten und psychomotorischen Störungen

Zielsetzung des Konzepts:

1. Das Konzept will eine ganzheitliche bewegungs – und gesundheitsfördernde Schule initiieren.
2. Die spezifischen Bedürfnisse von Mädchen und Jungen nach Bewegung sollen gezielt im Unterrichtsalltag installiert werden.
3. Den neuesten Erkenntnissen der Neurobiologie, wonach Bewegung und kognitives Lernen eng zusammenhängen und einander positiv bedingen, soll Rechnung getragen werden.
- 4.:Sport und Bewegung fördern Verhalten, Aufmerksamkeit sowie das Arbeitsgedächtnis.
5. Bewegung soll als ein Grundbedürfnis kindlichen Lebens wahrgenommen und im Unterrichtsalltag verankert werden.
6. Die Verbindung zwischen körperlicher Bewegung, Regeneration und Entspannung sollen ganzheitlich auf die gesamte Lernsituation und auf das Lernverhalten der Kinder und Jugendlichen einwirken.

Abbildung 1

Konzept für eine ganzheitliche bewegungs- und gesundheitsfördernde Schule

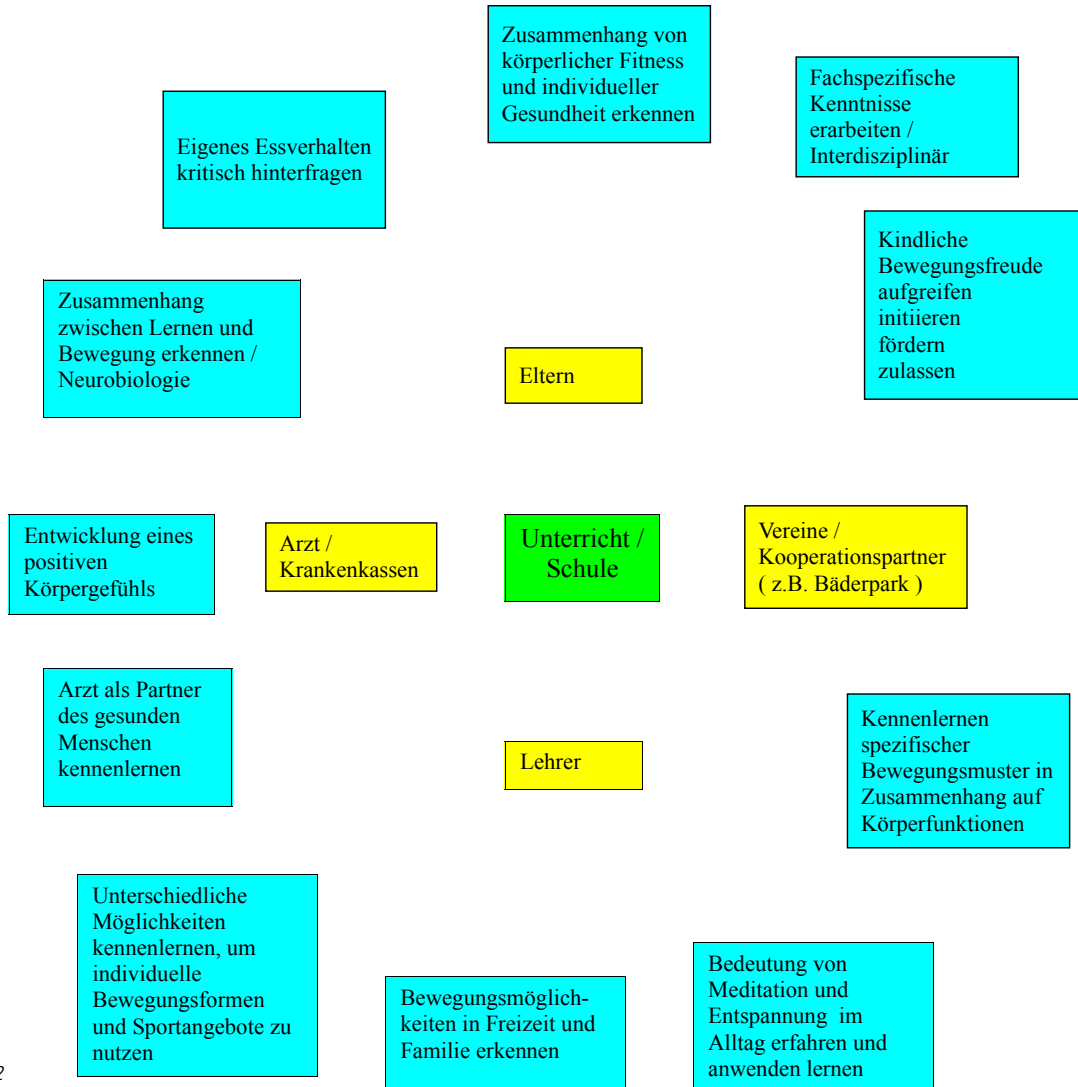


Abbildung 2

Hilfen in Form von Hometrainern, Igelbällen, Gymnastikmatten usw. wurden uns spontan zugesagt.

Insgesamt wurde die Konzeptidee, Eltern bezüglich der Ziele und Inhalte dieser Pilotklasse vorab zu informieren und gezielt zu „bewerben“, bestätigt. Es war wichtig für die Umsetzung, sich rechtzeitig um ein geeignetes Klassenzimmer zu bemühen und dieses für Wanderklassen u.ä. –in Rücksprache mit der Schulleitung– auszuschließen, sodass hier alle Materialien sicher und jederzeit benutzbar aufbewahrt werden können. Die Bereitstellung von offenen Regalen mit den Namen der Schüler ermöglicht es den Kindern,

täglich ihre Sporttaschen mit Sportkleidung, sowie Hallen- und Sportschuhen für draußen mitzubringen, ohne dass sich diese im Klassenzimmer häufen. Die erste Unterrichtswoche stand schließlich ganz im Zeichen von Kennenlernspielen, Kooperationsübungen und natürlich Sport. Überall versuchten wir schon hier Bewegungselemente mit einfließen zu lassen und den Wechsel zwischen Ruhe und Bewegungsphasen umzusetzen. Es zeigte sich dabei sehr schnell, dass wir zum einen ein sehr hohes Potential an sportbegeisterten und –talentierten Kindern in unserer Klasse hatten, die andererseits aber auch von vielen Teilleistungsstörungen betroffen waren. Viele Eltern

hatten, um den Bewegungsdrang ihrer Kinder wissend und deren Schwierigkeiten in der Grundschule aufgreifend, gerade aus diesen Gründen ihre Kinder in unserer Klasse angemeldet. Der Anteil der Schülerinnen und Schüler, die ADHS, LRS, Dyskalkulie oder eine Mischung dieser Teilleistungsschwächen zeigten, ist dementsprechend überproportional hoch. Langfristig gesehen bieten solche Angebote den Schülern jedoch die Chance in einer Schulart Fuß zu fassen, in der sie ansonsten früher oder später scheitern würden. Vielen fiel es in den ersten Wochen schwer, sich an Regeln zu halten, ihre Konzentration über einen längeren Zeitraum aufrecht zu erhalten und sich im

sozialen System Klassenverband unter- bzw. einzuordnen.

So waren die ersten Wochen durch immer wiederkehrende Kooperations- und Teamfindungsübungen geprägt. Auffallend dabei war, dass Teamspiele - allen voran Fußball - hervorragend angenommen und praktiziert wurden. Da sehr viele Schüler durch Vereinsarbeit vorgeprägt waren, konnten sie sich in diesem für sie bekannten Umfeld problemlos einer sozialen Struktur unterordnen. So konnte in den folgenden Wochen bei unseren Spiel- und Bewegungsangeboten primär von diesen Kernkompetenzen der Kinder ausgegangen werden.

In den jeweils ersten Unterrichtsstunden des Tages wurde versucht bestimmte verlässliche Angebote zu schaffen, um den Kindern gewisse Rituale zu geben, an denen sie sich orientieren konnten.

Das Wochenprogramm

Im Folgenden sollen die jeweils ersten Stunden einer Woche kurz skizziert werden:

Der Montag beginnt immer mit einer Outdoorstunde, in der die Schüler im Wald neben der Schule walken oder joggen. Diese Aktivität findet bei jedem Wetter statt, ausgenommen bei ganz starkem Regen – oder Schneefall. Es ist dazu besonders wichtig, die uneingeschränkte Zustimmung der Eltern hinter sich zu haben und solche Vorhaben vorab klar zu kommunizieren.

Die erste Stunde am Dienstag verbringen die Schüler in zwei Gruppen unterteilt im nahe gelegenen Hallenbad bzw. Schwimmbad. In Kooperation mit dem Walldorfer Bäderpark erhielt zudem jedes Kind zur Einschulung eine Jahreskarte für das örtliche Hallen – und Freibad.

Mittwoch und Donnerstag ist der halleneigene Budoraum für die Klasse reserviert. Während am Mittwoch vorrangig Teamübungen und partnerschaftliches Ringen und Raufen auf dem Stundenplan stehen, erlernen die Kinder am Donnerstag unterschiedliche Entspannungs- und Meditations-techniken.

Freitags stehen klassische Sportangebote auf dem Programm. Angefangen von unterschiedlichen Ballsportarten, über Leichtathletik, Gerät- und Bodenturnen, immer wieder vermischt mit

„modernerer“ Inhalten wie Akrobatik oder Tanz.

Beobachtungen und erste Ergebnisse

Dieses feststehende Wochenprogramm wird gezielt durch sportorientierte Landschulheimaufenthalte, Kletterprojekte und andere spezifische Bewegungseinheiten unterstützt.

Leider wird das Projekt bisher trotz zahlreicher Kontakte mit verschiedenen Institutionen nicht evaluiert. So können bedauerlicherweise keine wissenschaftlich fundierte Aussagen über Veränderungen, Langzeitwirkung, individuellen Leistungszuwachs, Wechselwirkung zwischen Bewegungsförderung und kognitiver Entwicklung und vielen anderen Parametern gemacht werden.

Auffällig sind jedoch schon nach den wenigen Wochen Projektlaufzeit folgende Beobachtungen:

Bewegungsdrang und Bewegungsfreude der Kinder sind immens groß und können allein durch die in der Stundentafel verankerten zwei üblichen Wochenstunden keinesfalls zufriedenstellend abgedeckt werden. Kinder fordern und brauchen mehr Bewegung! Fachlehrer, die in der zweiten Stunde, also der Bewegungsfolgestunde unterrichten, geben als Rückmeldung sowohl bessere Konzentration als auch länger anhaltende Ruhe in der Klasse. Die anfangs noch inhomogene Klassengemeinschaft (hervorgerufen durch die Klassenzusammensetzung aus fünf verschiedenen Gemeinden) wuchs in relativ kurzer Zeit zusammen.

Probleme mit Außenseitern und der damit häufig einhergehenden Folgeerscheinung Mobbing etc. ist deutlich weniger virulent, da der immer wieder geforderte Team- und Partnerschaftsgeist in unseren Bewegungsstunden die Akzeptanz und Empathie für die Mitschüler erhöhen.

Fazit

Wir können mittlerweile feststellen, dass schon nach kurzer Zeit die positiven Auswirkungen sichtbar sind und sich im Unterricht bemerkbar machen. Unsere Schulen brauchen neue Konzepte und Anstrengungen, um mit den heutigen Problemstellungen, die unsere Schüler in die Schule mitbringen, pädagogisch richtig umzugehen. Ein unreflektiertes „Weiter wie bisher“ wird einerseits den Schülern nicht mehr gerecht und frustriert die Kollegen zunehmend.

Klar ist jedoch auch, dass ohne eine deutliche Unterstützung des Elternhauses einerseits und der Schulaufsichtsbehörden bzw. des Ministeriums andererseits, eine weitreichende Veränderung nicht möglich sein wird. Engagement und Einsatzbereitschaft jeder Lehrerin und jedes Lehrers darf keinen bürokratischen Hürdenlauf nach sich ziehen. Motivation und Unterstützung geschieht primär nicht durch überregionale bürokratische Instrumente wie z.B. der Fremdevaluation, sondern durch ganz gezielte praktische Unterstützung, z.B. durch die Bereitschaft ungewöhnliche und neue Konzepte mitzutragen und mit Lehrerdeputatsstunden zu versehen. Auch ein zusätzliches Angebot von Förderstunden, die z.B. Lese – und Rechtschreibschwächen auffangen, wäre sehr hilfreich.

Schule muss sich weiter entwickeln! Ohne ein Umdenken aller am Schulleben Beteiligten ist dies jedoch unmöglich.