

| Modul 5

Ein Rhythmus, bei dem man mit
muss – eine Balance für
das Lernen und Leben in der Schule



Verein Anschub.de
Programm für die gute gesunde Schule e.V.

| Modul 5

Ein Rhythmus, bei dem man mit
muss – eine Balance für
das Lernen und Leben in der Schule



Verein Anschub.de
Programm für die gute gesunde Schule e.V.

Pausengespräch



Jörg stellte die Schaufel ab, wischte sich den Schweiß aus dem Gesicht und suchte sich ein Plätzchen im Schatten. „Und ich dachte schon, du kriegst gar kein Ende“, grinste Rolf. Er hatte es sich bereits auf der Bank gemütlich gemacht. „Rutsch mal ein Stück, Ulla, damit Jörg hier gleich mit essen kann.“ „Was gibt’s eigentlich?“, fragte Jörg nicht zum ersten Mal. Das schien Hella gehört zu haben, die gerade mit einem großen Topf um die Ecke bog. „Leute, wenn eure Schüler so im Unterricht aufpassen wie ihr, wenn man euch was sagt, dann hagelt es bestimmt miserable Noten.“ „Das fehlt mir noch“, protestierte Rolf sichtlich amüsiert. „Eltern, die uns Lehrer am Wochenende unter Beobachtung haben!“ „Genau“, setzte Jörg nach. „Ihr seid für die gute Versorgung zuständig. Also, raus mit der Sprache, was gibt’s denn nun?“

„Olympia-Eintopf, ihr Helden! Außerdem sind nicht alle Eltern in der Küche im Einsatz. Guck dir mal unsere Schwielen an!“ Gudrun und Dorothee setzten sich mit Schwung auf die Bank.

„Hier ist schon mal gut gekühltes Mineralwasser und das Brot. Denkt dran: Sigrid hat den Curry-Löffel geschwungen. Das bedeutet, es könnte etwas schärfer sein.“ Alle schmunzelten und dachten offensichtlich an den letzten gemeinsamen Arbeitseinsatz in der Schule, als die neuen Bänke fertig gestellt und auf dem Schulhof montiert worden waren. „Hey, gab es nicht beim letzten Mal diesen umwerfenden westafrikanischen Erdnusseintopf mit ordentlich Chili?“ „Umwerfend – treffend bemerkt“, witzelte Ulla und wischte sich gleichzeitig noch einmal über die Stirn. „Was Schweißtreibendes brauchen wir heute wirklich nicht.“

Seit 8.00 Uhr waren sie nun schon im neuen Schulgarten zugegen – die ELKs, Mitglieder der Eltern-Lehrer-Kolonie, wie sie in der Schule meistens genannt wurden. Mindestens einmal im Jahr gab es einen solchen Arbeitseinsatz am Wochenende. Entweder wurden Regale gebaut, es wurde der Schulhof gestaltet oder wie jetzt der Schulgarten angelegt und ein Gerätehaus gezimmert.

„Ich könnt mich jetzt ganz ruhig in die Ecke setzen und euch machen lassen.“ Rolf kaute genüsslich an seinem Brot. „Eigentlich hätten wir den Teich von Artjom, Andreas und Murat Montag

früh in den ersten beiden Stunden ausheben lassen sollen. Dann hätten sie für den Rest des Tages wenigstens mal still gesessen.“, meinte Jörg. „Na, mit zwei Schulstunden ist die Arbeit wohl nicht getan“, warf Hella ein. „Aber mal ernsthaft. Es gibt doch eine ganze Reihe von Schülern und Schülerinnen, die einfach eine ausgleichende körperliche Betätigung oder Bewegung brauchen,



Es gibt doch eine ganze Reihe von Schülern und Schülerinnen, die einfach eine ausgleichende körperliche Betätigung brauchen, damit sie sich überhaupt konzentrieren können.

damit sie sich überhaupt konzentrieren können.“ „Wohl wahr!“, bestätigte Ulla. „Ich habe da so einen Fall. Manchmal lasse ich den Jungen mitten in der Stunde erst einmal eine Runde auf dem Schulgelände joggen. Ich weiß genau, wann er dieses Bewegungsventil braucht. Er kommt dann wesentlich entspannter zurück und macht wieder mit. Inzwischen kennen das alle und keiner stört sich mehr dran.“

„So was hätte ich bei der letzten Fortbildung auch gebraucht“, stöhnte Jörg. „Erst 90 Minuten Vortrag und dann stinklangweilige Gruppenarbeit am Tisch. Da habe ich auch an unsere Schülerinnen und Schüler gedacht. Was wir denen so zumuten. Häufig 6 x 45 Minuten sollen sie wie festgeklebt auf unmöglichen Stühlen sitzen.“ „Und dazu noch wahrscheinlich euer ständig unheimlich spannender Unterricht!“, spöttelte Gudrun. „Die Anwesenden sind natürlich ausgenommen“, beeilte sie sich lachend



hinzuzufügen, als Rolf versuchte, sie von der Bank zu schubsen. „Eigentlich sollten wir mal ernsthaft grundlegend darüber nachdenken, ob wir nicht an der Gestaltung und dem Rhythmus des Unterrichts etwas ändern können. Es gibt Schulen, die haben einen ganzen Werkstatttag oder Projekttag pro Woche eingerichtet.“

„Ach wie soll das denn funktionieren? Die Stunden fehlen dir doch hinten und vorne in der Stundentafel.“ Jörg blickte skeptisch von seinem Eintopf auf.

„Na, hör mal. Arbeit im Schulgarten, hat das was mit Bio zu tun oder nicht? Zeitungsredaktion und Druckerei, das ist doch wohl auch auf den Deutschunterricht anzurechnen. Mit einem gut durchdachten System bringst du die Werkstattanteile in der Stundentafel gut zusammen.“

„Okay“, warf Dorothee ein. „Aber denk dran, dann müssen sich die Kolleginnen und Kollegen auch gewaltig umstellen. Einen ganzen Vormittag oder sogar Schultag mit einer Schülergruppe am Stück kontinuierlich arbeiten. In der Regel seid ihr doch froh, wenn ihr spätestens nach einer Doppelstunde aus der Klasse könnt.“

„Treffend beobachtet, du kennst dich aber gut aus bei uns.“ Rolf grinste. „Wir Lehrer sind halt so ausgebildet. Aber man soll es nicht glauben, wir können auch noch anders, besonders, wenn es uns einleuchtet. Dann muss man sich halt einarbeiten und umgewöhnen.“ „Das heißt, du würdest nicht gleich protestieren, wenn ich das für das nächste Eltern-Lehrergespräch als Thema vorschlagen würde? Ein neuer Rhythmus für den Unterricht und vielleicht die gesamte Schule?“

„Nö, aber jetzt seht zu, dass ihr an die Arbeit kommt. Ihr seid mir mal wieder zu kreativ heute“, bemerkte Jörg in komischer Verzweiflung. „Es reicht, wenn wir heute den Garten umgraben, es muss ja nicht gleich die ganze Schule an einem Tag umgekrempelt werden.“

„Noch einen Augenblick. Mir fehlt noch ein Foto für das Internet von dem zupackenden Kreativ-Club. Außerdem sollen alle wissen, wer das neue Thema für die Schule ausgegraben hat.“ Sigrid guckte um die Ecke und zückte die Digitalkamera. „Nicht nur ich habe euch interessiert zugehört.“ Sie deutete auf die Gruppe Lehrer, die sich gerade winkend wieder auf den Weg zur Arbeit machten. Das scheint für alle ein interessantes und lohnendes Thema zu sein.“ „Tja, wir haben halt den neuen Rhythmus im Blut, und glaub ja nicht, das läge nur an deiner Olympia-Curry-Suppe!“, feixte Ulla und scheuchte alle in Richtung Schulgarten.

SCHULE



Die Rhythmisierung des Schultages, der Schulwoche, eines Schuljahres kann ein „mächtiges“



Instrument der Schulentwicklung sein, das vielfältige Impulse aus dem Schulentwicklungsprozess aufnimmt, bündelt, unterstützt und weitere Prozesse initiiert.





| Start _ Ausgangslage

8

- Schule missachtet die innere Uhr 9
- Teamarbeit als Organisationskunststück 10
- Kommunikationsengpass an den Schnittstellen zu Eltern und Schülern 10
- Abwechslungsarme Rhythmisierung beschränkt die nötige Vielfalt von Lernarrangements 11



| Wegemarken _ Leitplanken _ Orientierungen

12

- Die Schulverordnungen lassen mehr Freiheiten zu als genutzt werden 13
- Eingriffe in die Rhythmisierung brauchen einen breiten Konsens in der Schulgemeinde 13
- Das Schulklima wirkt 14
- Ganztage als Chance 16



| Ausrüstung _ Werkzeuge

18

- Unterschiedliche Türöffner 19
- Von der äußeren zur inneren Rhythmisierung 21
- Checkliste 22
- Materialien 24 - 27



| Ziele für die gute gesunde Schule

28

- Schüler-, Lehrer- und Elternzeit synchronisieren 29
- Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit verbessern
- Neue Räume und Zeiten für Begegnung und Zusammenarbeit schaffen



Schule missachtet die innere Uhr

Morgens, 6.30 Uhr, in Deutschland: Schüler verlassen die Wohnung, stehen je nach Jahreszeit in Dunkelheit und Kälte an der Bushaltestelle. Start in einen langen Schultag, an dem Aufmerksamkeit und Leistung gefordert sind.

Die Forscherinnen und Forscher, die im Bereich der Chronobiologie arbeiten, unterstreichen, dass die frühen Anfangszeiten im Schulbetrieb der „inneren Uhr“ von Schülern widersprechen. Sie legen u. a. dar, dass es unterschiedliche „Chronotypen“ gibt, z. B. die „Eulen“, die gerne spät ins Bett gehen und morgens Startschwierigkeiten haben, und die „Lerchen“, die frühmorgens bereits eine Aktivphase aufweisen. Piechulla und Ronneberg weisen darauf hin, dass gerade in der Pubertät Schüler oft mit einem „Kaltstart“ in den Tag hineingehen, der es ihnen häufig auch verwehrt, ausreichend zu frühstücken. Während bei den Erwachsenen der „vererbte Chronotyp“ die Oberhand gewinnt, sind die Pubertierenden meistens „Eulen“, so die chronobiologische Forschung.

Die demografische Entwicklung führt, dramatisch in den neuen Bundesländern, zu einer Ausdünnung der Schulstandorte und verursacht immer längere Fahrzeiten im Schülertransport, die das Problem weiter verschärfen. Die Schüler müssen noch früher aufstehen und kommen noch später nach Hause.

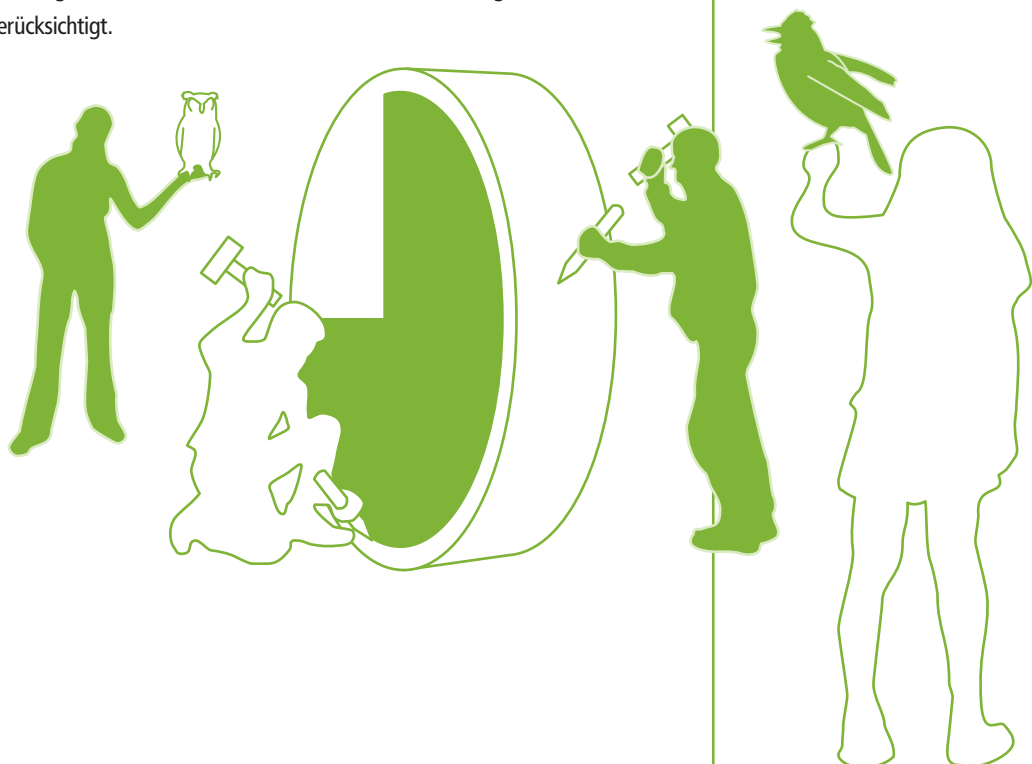
Im europäischen Vergleich starten die Schulen in Deutschland sehr früh und nutzen Zeit-Spielräume in der Regel eher dazu, den Beginn vorzuerlegen als später zu beginnen.

In der schulischen Diskussion dominieren dabei zwei mehr oder weniger offene Argumentationsstränge. Eltern führen ihre Arbeitszeiten an. Für Lehrer zählt – in der in Deutschland traditionell noch überwiegend halbtags organisierten Schule – das Privileg, weitere Arbeiten im Tagesverlauf flexibel einzuteilen und nicht an den Schulstandort gebunden erledigen zu können. Die „innere Uhr“ der Kinder und Jugendlichen wird dabei nicht berücksichtigt.

vgl.
www.vdbiol.de
(chronobiologie)



vgl. Teilmodul IV:
Mit Freunden essen – mit Freude ...





Teamarbeit als Organisationskunststück

Für Lehrkräfte lassen sich strukturelle Erschwernisse ausmachen. Gerade die Organisationsform der Halbtagsschule und das Arbeitszeitmodell, das sich lediglich an Unterrichtsstunden bemisst, produziert vielfältige Belastungen für Lehrkräfte.

- ➔ Eng angelehnt an ihre Unterrichtsstunden ergeben sich individuell differenzierte Anwesenheitszeiten der Kollegiumsmitglieder in der Schule. Das erschwert die Koordination von Klassen-, Jahrgangs-, Fachteams und Konferenzen in unterschiedlichen Zusammensetzungen.
- ➔ Teamverständnis und die Wertschätzung von Teamarbeit leiden unter einer zum Teil unterentwickelten Teamkultur. Entsprechende Zeiten werden deshalb oft als Störung und zusätzliche Belastung gewertet.
- ➔ Ein nicht immer gelingendes Konferenzmanagement belastet die Teamstrukturen.
- ➔ In der Regel fehlen die organisatorischen Rahmenbedingungen (z. B. Arbeitsplätze) für Lehrkräfte in der Schule als Voraussetzung, um Teamstrukturen besser entwickeln zu können.

Kommunikationsengpass an den Schnittstellen zu Eltern und Schülern

Mit ihrem vorherrschenden Halbtagsrhythmus und seinen Implikationen auf der Lehrerseite produziert die Schule Kommunikationsengpässe auch zwischen Lehrern und Schülern sowie zwischen Lehrkräften und Eltern. Da die Lehrer nicht durchgängig in der Schule präsent sind und ihr Arbeitstag anders rhythmisiert ist als der Schultag der Schüler, sind Kontaktmöglichkeiten über die Unterrichtszeit hinaus eng begrenzt. Das hat Auswirkungen sowohl auf die informellen sozialen Prozesse zwischen Lehrenden und Lernenden wie auch auf die konkrete Unterstützung von Lernprozessen über die Unterrichtsstunden hinaus. Der Fachlehrer kann zu Rückfragen bzgl. Übungs- und Vertiefungsaufgaben nicht mehr erreicht werden. Zudem werden diese Aufgaben, in der Regel als „Hausaufgaben“ definiert, den Schülern aufgegeben in der Erwartung, dass diese außerhalb der Schule erledigt werden. Nicht der Arbeitsprozess steht im Fokus, sondern das Ergebnis.

Die Lehrkräfte sind während des Schultages für die Eltern oftmals nur auf Umwegen und keineswegs verlässlich zu erreichen. Es wird z. B. eine Nachricht im Sekretariat hinterlassen. Der erbetene Rückruf kann aus teils nachvollziehbaren Gründen jedoch nicht erfolgen.

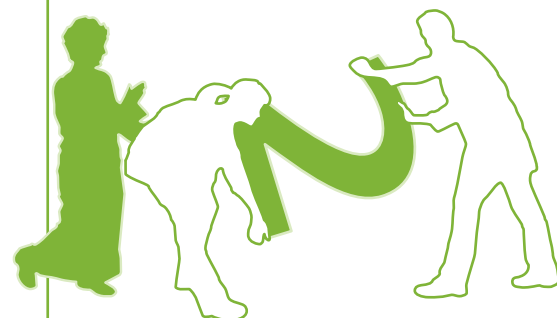
Zudem finden Gespräche, die mehr als eine Kurzinformation beinhalten, im Sekretariat oder in einem Lehrerzimmer während einer Pause keine geeignete Gesprächskulisse.

Konflikte wegen unzureichender Kommunikationsmöglichkeiten sind keine Seltenheit: Selbst wenn Lehrer in der Schule nicht verlässlich zu erreichen sind, ist es bei den Lehrkräften dann keineswegs üblich, den Eltern ihre private Telefonnummer bekannt zu geben. Eltern sind in der Folge unzufrieden, weil kein ausreichender Kontakt zu Lehrern besteht. Lehrer dagegen, die ihre Telefonnummer angeben, beklagen sich über Telefonanrufe von Eltern, die vorgeschlagene Telefonzeiten nicht einhalten und z. B. auch noch spät am Abend anrufen.

Abwechslungsarme Rhythmisierung beschränkt die nötige Vielfalt von Lernarrangements

Der enge Zeitrahmen einer Halbtagschule, der Druck durch Stoffpläne sowie die vorherrschende „Unterrichtschoreographie“ des so genannten fragend-entwickelnden und damit lehrerzentrierten Unterrichts sorgen für eine abwechslungsarme Rhythmisierung des Schultages. Rhythmisierende Elemente in einem solchen Tagesverlauf sind die Frühstückspausen und die fünfminütigen Wechspausen zwischen zwei Unterrichtsstunden. Bei unvermeidlich am Nachmittag angehängten Unterrichtsstunden wird noch eine Mittagspause eingefügt. Die Mittagssituation ist von Provisorien geprägt. Es bleibt beim Selbstverständnis als Halbtagschule.

Die notwendige Vielfalt von Lernarrangements, die die unterschiedliche Lernausgangslage von Schülern berücksichtigt, unterstützt und begünstigt das Lernen durch eine anregende Rhythmisierung, die Anspannung und Entspannung in der Balance hält.



vgl. Material 1

vgl.:

Artelt, C., Baumert, J. et al.: Das Lernen lernen.
Voraussetzungen für Lebensbegleitendes Lernen.
OECD 2004



Die Schulverordnungen lassen mehr Freiheiten zu als genutzt werden

Wenn Schulen sich mehr pädagogischen Freiraum verschaffen **wollen**, dann können sie zunächst die Spielräume ausreizen, die die Schulvorschriften bieten. Darüber hinaus gelingt es Schulen mit einem entsprechenden Selbstverständnis und pädagogischen Überzeugungen, sich weitere Freiräume auszuhandeln. Sie gewinnen zudem aus diesem Engagement eine Stärkung der Schulgemeinde.

Eingriffe in die Rhythmisierung brauchen einen breiten Konsens in der Schulgemeinde

Es wird aber auch deutlich: Um in der Schule die Rhythmisierung umzustellen, braucht es einen breiten Konsens in der Schulgemeinde. Jeder Eingriff hat Folgen für die gesamte Schulgemeinde, für das Schulleben insgesamt. Es gibt keine isolierten Maßnahmen.

Mindestvoraussetzung ist die Toleranz gegenüber den Maßnahmen, die in Unterrichtsstunden, Jahrgangsteams oder Abteilungen erprobt oder eingeführt werden, und die Bereitschaft, nach erfolgreicher Erprobung die Anwendung auszuweiten.

Vergleiche von Unterrichtsarrangements, Auflösen des 45-Minutentakts, Wechsel der Unterrichtsformen durch Eltern und Schüler können Diskussionen im Kollegium über neue Formen der Unterrichtsgestaltung auslösen und den bisherigen „Alltagstrott“ in Frage stellen.

Maßnahmen, die die Unterrichtsdeputate stärker in Klassen- oder Jahrgangsteams organisieren, haben natürlich immer auch Auswirkungen auf die Stundenplangestaltung insgesamt.

Es ist allerdings wichtig, wie ein Veränderungsprozess angestoßen wird. Innerer und äußerer Rhythmus des Prozesses müssen stimmen!

Die Win-Win-Situation für die Schulgemeinde lautet:

Verbesserung des Wohlbefindens in der Schule für Schüler und für Lehrer bedeutet Fortschritt für alle auf dem Weg zur gesünderen und besseren Schule.

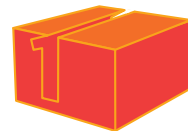
vgl. Riegel, E.: Schule kann gelingen. Frankfurt a.M. 2004. S. 182-191

vgl.

Kahl, R.: Treibhäuser der Zukunft. DVD

Bezugsquelle:

Deutsche Kinder- und Jugendstiftung unter: www.dkjs.de



vgl. Teilmodul I:

Begegnungen der anderen Art –

Eltern und Lehrer auf Entdeckungstour



vgl.
Vuille, J.C.: Schulklima – Das Kolumbasei der Gesundheitsförderung.
In: Gesunde Zukunft für die Schulen.
OPUS-Regionalzentrum, am LIS Bremen 8/02

Vuille, J.C. et al.: Die gesunde Schule im Umbruch.
Zürich 2004

Das Schulklima wirkt

Jean Claude Vuille hat in Bern in einer Untersuchung einen starken signifikanten Zusammenhang zwischen dem Schulklima und den „psychosozialen Determinanten“ von Gesundheit vor allem für Schüler aufgezeigt, die er wie folgt beschreibt:

1. Einstellungen

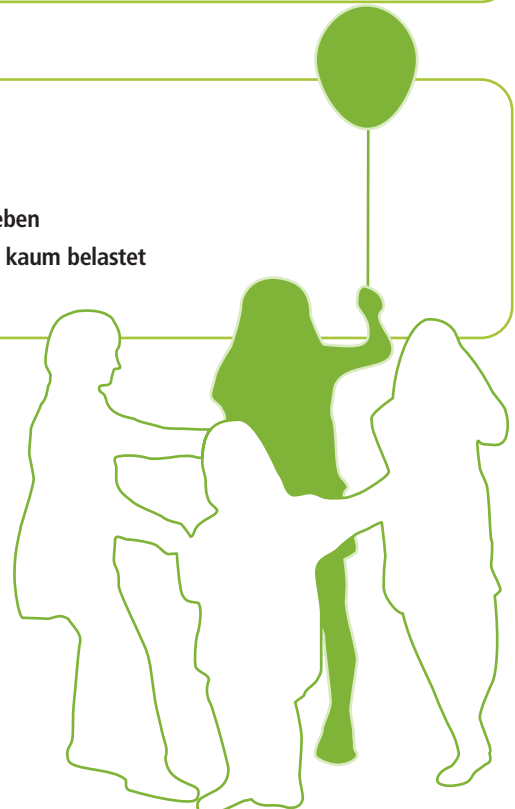
- ⇒ positive Einstellung zum Leben
- ⇒ (Un-)vereinbarkeit des Konsums von Suchtmitteln mit den eigenen Lebenszielen
- ⇒ Verantwortung für die eigene Gesundheit

2. Emotionale Indikatoren

- ⇒ Zufriedenheit mit dem eigenen Körper
- ⇒ gutes Selbstwertgefühl
- ⇒ (Abwesenheit von) Depression

3. Stress

- ⇒ wenig oder kein Stress im Leben
- ⇒ durch Schularbeit nicht bzw. kaum belastet

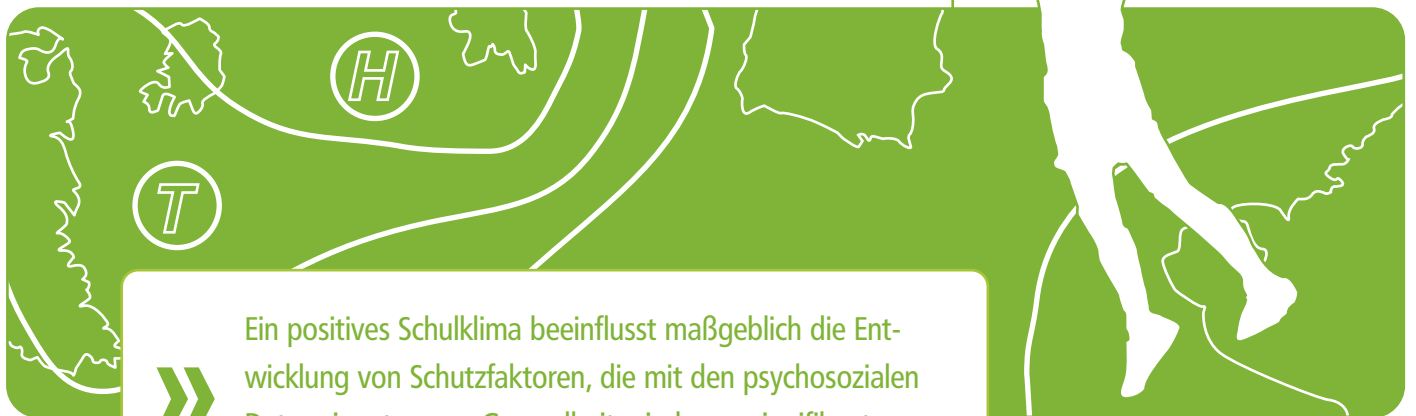


4.

Lebenskompetenzen

- ⇒ Stressbewältigung
- ⇒ rationale Problembewältigung
- ⇒ Selbstwirksamkeit
- ⇒ soziale Anpassung
- ⇒ Fähigkeit innerhalb und außerhalb der Schule Freunde zu gewinnen
- ⇒ gute Schulleistungen

vgl. auch
<http://www.mindmatters-schule.de>



Ein positives Schulklima beeinflusst maßgeblich die Entwicklung von Schutzfaktoren, die mit den psychosozialen Determinanten von Gesundheit wiederum signifikant verbunden sind.

Damit die positiven Effekte eines guten Schulklimas für die Schüler nicht mit dem „Auszehren“ gerade der immer engagierten Lehrer bezahlt werden, die sich – wie Vuille formuliert – „an der Lethargie der Etablierten und an der Schwerfälligkeit des Ozeandampfers aufreißern“, sollte der Rhythmus auf diesem Riesenboot Schule gesundheitsfördernde Arbeitsbedingungen unterstützen. Dazu tragen u. a. bei:



- ⇒ Wertschätzung und Anerkennung der Lehrkräfte sowie der Schule
- ⇒ Fortbildungskonzept
- ⇒ gemeinsame Leitideen für das Lernen und Leben in der Schule
- ⇒ funktionierende Teamarbeitsstrukturen



Ganztag als Chance

Die Organisationsform Ganztag bietet die Chance, den Tag gesundheits- und leistungsfördernder zu rhythmisieren.

Schulischer „Ganztagsbetrieb“ existiert inzwischen in einer Vielzahl von Organisationsformen, z. B.:

- die Ganztagsschule mit Lehrerstundenzuschlag (ca. 20 %) gegenüber dem Halbtagsbetrieb
- die „offene Ganztagsschule“ mit eingeschränktem Lehrerstellen-Stundenzuschlag als Kooperationsmodell mit der Jugendhilfe
- die Halbtagschule in Kooperation mit (Eltern-)Betreuungsvereinen

Dabei sagt die Organisationsform allein noch nichts aus über die Qualität und Ausgestaltung der schulischen Arbeit, über die Präsenzzeiten von Lehrkräften, über ihre Unterrichtsverpflichtung hinaus oder über die Bereitschaft und Fähigkeit zur multiprofessionellen Kooperation. Die in den Organisationsformen liegenden Chancen müssen auch genutzt bzw. entwickelt werden.

Eine bewusste Verteilung und Ausdehnung der Lern-, Arbeits- und Kommunikationszeiten bis in den Nachmittag schafft Zeit und Raum für:

- vielfältige Lernarrangements
- die Entwicklung effektiver Team- und Arbeitsstrukturen
- die Entwicklung von Begegnung und Kommunikation zwischen Schülern und Lehrern
- die Entwicklung von neuen Kommunikationsstrukturen mit Eltern

Gleichzeitig wird der Blick für den Lebensort Schule geschärft. Die Entwicklung einer prosozial wirksamen Gemeinschaft wird ebenso zur notwendigen Aufgabe wie die Gestaltung einer prosozial wirksamen Umgebung. Faktoren wie das Essen in der Schule, die Gebäudegestaltung, Sauberkeit und Hygiene ergeben dabei ein Wirkungsgefüge.



Auf den ersten Blick bedeutet eine Ausdehnung der Präsenzzeit für Lehrer einen vermeintlichen Verlust. Die subjektiv empfundene größere Flexibilität in der Zeiteinteilung wird jedoch mit einer ständigen Verquickung der Privat- und Dienstzeit erkaufte. Als Konsequenz stellt sich das Gefühl ein, „nie wirklich fertig zu sein“. Eine intelligente Organisationsplanung ermöglicht es, einen freien Halbtage für die Lehrer auch bei erweiterten Präsenzzeiten einzurichten.

Um Teamarbeit zu fördern und unterstützende Strukturen in der Schule zu schaffen, sollte die Schulleitung unbedingt im Konferenzmanagement ausgebildet sein oder eine Fortbildung absolvieren.



vgl. Teilmodul III:
Mein Auto, mein Haus, unsere Schule ...



vgl. Teilmodul II:
Jeder macht mit, und alle wissen, warum ...

vgl. Anschub-Modul:
Schule – Gebäude – Freifläche – Gesundheit
unter: www.anschub.de



Unterschiedliche Türöffner

Die Rhythmisierung des Schultages, der Schulwoche, eines Schuljahres kann ein „mächtiges“ Instrument der Schulentwicklung sein, das vielfältige Impulse aus dem Schulentwicklungsprozess aufnimmt, bündelt, unterstützt und weitere Prozesse initiiert.

In der Schulgemeinde müssen die nötigen Weichenstellungen für die Organisationsentscheidungen mit allen Beteiligten ausgehandelt werden.

Für Eltern, Schüler und Lehrer existieren Schlüsselbegriffe, die jeweils als Türöffner unterschiedliche Zugänge zu einem gemeinsamen Weg und Ziel ermöglichen. Ein Beispiel ist der Schlüsselbegriff **Verlässlichkeit**.



Für Eltern kann Verlässlichkeit bedeuten:

- verlässliche Schulzeiten – Kinder stehen nicht überraschend wegen plötzlichen Unterrichtsausfalls vor der Tür
- Berufstätigkeit kann besser geplant werden
- Kinder sind gut versorgt, z. B. durch gesundes Mittagessen in der Schule
- Kinder werden in Arbeitsgemeinschaften an sinnvolle Freizeitaktivitäten herangeführt
- Übungsaufgaben werden (weitgehend) mit den Lernexperten in der Schule absolviert, Hausaufgabenstress zwischen Eltern und Kindern wird vermieden
- Durch mehr Zeit für unterschiedliche Lernarrangements können Eltern sicherer sein, dass die Kinder individueller gefördert und Leistungspotenziale in größerer Breite entwickelt werden. Die Kinder haben mehr Chancen
- Eine neue Rhythmisierung schafft Zeit und Raum für Eltern, die mitwirken wollen und können. Die Entwicklung einer vertrauensvollen Kooperation hat größere Chancen durch mehr gemeinsame Aktivitäten
- Lehrerinnen und Lehrer können von den Eltern in der Schule in bestimmten Zeitfenstern verlässlicher erreicht werden
- Eltern können mehr auf die Kooperation innerhalb des Kollegiums bauen



Nicht alle Motive sind für alle Eltern in gleicher Weise bedeutsam. Es ergibt sich jedoch ein breites Interesse an einer innovativen Rhythmisierung, die auch von den Eltern Umstellungen in den Gewohnheiten und aktive Kooperation einfordert.



vgl. Teilmodul I:
Begegnungen der anderen Art ...



vgl. Teilmodul II:
Jeder macht mit, und alle wissen, warum ...



vgl. Teilmodul IV:
Mit Freunden essen – mit Freude ...



Für Lehrer kann Verlässlichkeit bedeuten:

- verlässliche, entlastende Trennung von Dienst- und Privatzeit
- Sicherheit, dass Kommunikation mit Eltern, mehr Engagement für den Lernprozess der Schüler als schulische Arbeit wertgeschätzt und anerkannt wird
- Kollegen und Kolleginnen in der Schule zum Austausch, zur gemeinsamen Unterrichtsentwicklung ohne aufwändiges Organisieren vorzufinden
- schulinterne Fortbildungen sind vielfältiger und einfacher zu organisieren
- Eltern akzeptieren gerade im transparenten Ganztagsbetrieb eher einen **begrenzten**, schulintern mit allen Beteiligten ausgehandelten und **begründeten** Unterrichtsausfall für pädagogische Konferenzen oder pädagogische Tage, von denen ihre Kinder dann wiederum profitieren können (Hinweis: Diese Fortbildungstage sollten mit entsprechendem zeitlichen Vorlauf gerade für berufstätige Eltern angekündigt werden. Für Eltern, die keine Betreuung organisieren können, sollte es ein Betreuungsangebot durch die Schule geben, das mit Kooperationspartnern oder älteren Schülerjahrgängen organisiert werden kann)
- Teamarbeit kann kontinuierlich entwickeln werden
- Aufgabenverteilungen wie Unterrichtsvertretungen können „gerechter“ gestaltet werden
- Ein Assistenz-, Unterstützungs- und Kooperationsnetzwerk schafft neue Impulse für das Schulleben und hilft den Lehrkräften, sich trotz Ganztagsaufgaben mehr auf das „Kerngeschäft Unterricht“ zu konzentrieren
- Die Lehrer verbringen mehr Zeit mit den Schülern außerhalb von klassischen Unterrichtssituationen, z. B. beim Essen
Sie können sich besser kennen und verstehen lernen
- Lernzeiten und Leistungsbewertungsphasen können besser getrennt werden
Die Schüler haben Zeit in der Schule, das Lernen gemeinsam und miteinander zu lernen
- Die Entwicklung von Bildungschancen für alle Kinder kann besser gelingen
- Feste Elternsprech- und Beratungszeiten, auf die sich Eltern einstellen können und die mit Eltern verbindlich vereinbart werden, reduzieren Störungen in der Privatzeit
Für Krisengespräche kann direkte kollegiale Unterstützung und Beratung genutzt werden



Auch für die Schüler lassen sich positive Signale mit dem Schlüsselbegriff **Verlässlichkeit** setzen:

- mit den zuständigen Lehrern Aufgaben, Fragen und Probleme besprechen und lösen
- Zeit für Lernarrangements, die individuellen Lernerfolg ermöglichen
- mehr Bewegung im Unterricht und im Tagesablauf, Anspannung und Entspannung in der Balance
- Freundschaften entwickeln und intensivieren können
- attraktive Freizeitaktivitäten kennen lernen und ausüben können
- weniger Stress mit Eltern wegen der Hausaufgaben
- Schultag mit verlässlicherer Begrenzung durch Erledigung von Aufgaben in der Schule

Für die Schlüsselbegriffe „Gesundheit“ und „Lernen“ lassen sich aus den unterschiedlichen Interessenlagen von Eltern, Lehrern und Schülern ebenso Zugänge entwickeln, die den Weg zu einer gemeinsamen Basis für Schulentwicklungsprozesse wie die Neugestaltung der Rhythmisierung beschreiben.

Von der äußeren zur inneren Rhythmisierung

Neben der Herausforderung, gesundheits- und leistungsfördernde Organisations- und Rahmenbedingungen zu erschließen und ggf. auszuhandeln, stellt sich die Aufgabe, sie im Inneren der Schule auf verschiedenen Ebenen zu gestalten und in unterschiedlichen Bezügen wirksam werden zu lassen. Jede Schule muss dabei je nach Ausgangslage ihren eigenen inneren Rhythmus finden. Entwicklungsprioritäten können dabei unterschiedlich eingeschätzt werden.

Vorschlag:

Erarbeiten Sie in den Gremien anhand der Module die möglichen Zugänge und Interessen von Eltern, Lehrern und Schülern in Bezug auf die Schlüsselbegriffe Gesundheit und Lernen, um Argumente für eine neue Rhythmisierung zu prüfen.

vgl. Material 3



Good Practice-Beispiele zur Rhythmisierung in der Schule können deshalb inspirieren, sie dürfen jedoch nicht als Patentrezepte missverstanden werden.

Die folgende Liste, die keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt, dient zur Anregung, über die Entwicklungsmöglichkeiten in der „eigenen“ Schule nachzudenken.

😊 Good Practice!

vgl.
www.toolbox-bildung.de

Checkliste

Rhythmisierung des Schultages

- ⇒ offener Beginn: Möglichkeiten für Begegnung, Spiel, Freiarbeit (früher ankommende Schüler müssen nicht vor der verschlossenen Schultür warten)
- ⇒ alternative Aufsichten mit Eltern oder Kooperationspartnern realisieren, Frühstücksraum
- ⇒ Schulanfangszeiten mit Blick auf die innere Uhr reflektieren

Rituale

- ⇒ Morgenkreis
- ⇒ Gruppen- oder Orientierungsstunden
- ⇒ gemeinsames Essen (Tischkultur)
- ⇒ Wechsel von Arbeits- und Entspannungsphasen zur Regel machen

Bewegung

vgl. Anschub-Modul: Schule – Gebäude – Freifläche – Gesundheit. unter: www.anschub.de
Bewegungsfreudige Schule (2005).
Verlag Bertelsmann Stiftung

- ⇒ Bewegungspausen
- ⇒ Bewegung im Unterricht
- ⇒ Schulhofgestaltung

Essen in der Schule

vgl. Teilmodul IV:
Mit Freunden essen – mit Freude ...



- ⇒ Trennen von Ess- und Bewegungspause
- ⇒ Trinken im Unterricht ermöglichen
- ⇒ Mensa als sozialer Treffpunkt

Aufhebung von Vereinzelung; Entwicklung von Teamarbeit

- ⇒ Sprech- und Beratungszeiten für Eltern
- ⇒ Kooperation und Co-Teaching, Konferenzen, offene Klassentüren, fächerübergreifendes Lernen
- ⇒ überschaubare Klassenteams bilden
- ⇒ fachfremder Unterricht statt dauernder Lehrerwechsel
- ⇒ Jahrgangsteams fördern
- ⇒ Teamfortbildung
- ⇒ schulinterne Fortbildungen
- ⇒ Konferenzmanagement

Unterricht – Lernarrangements

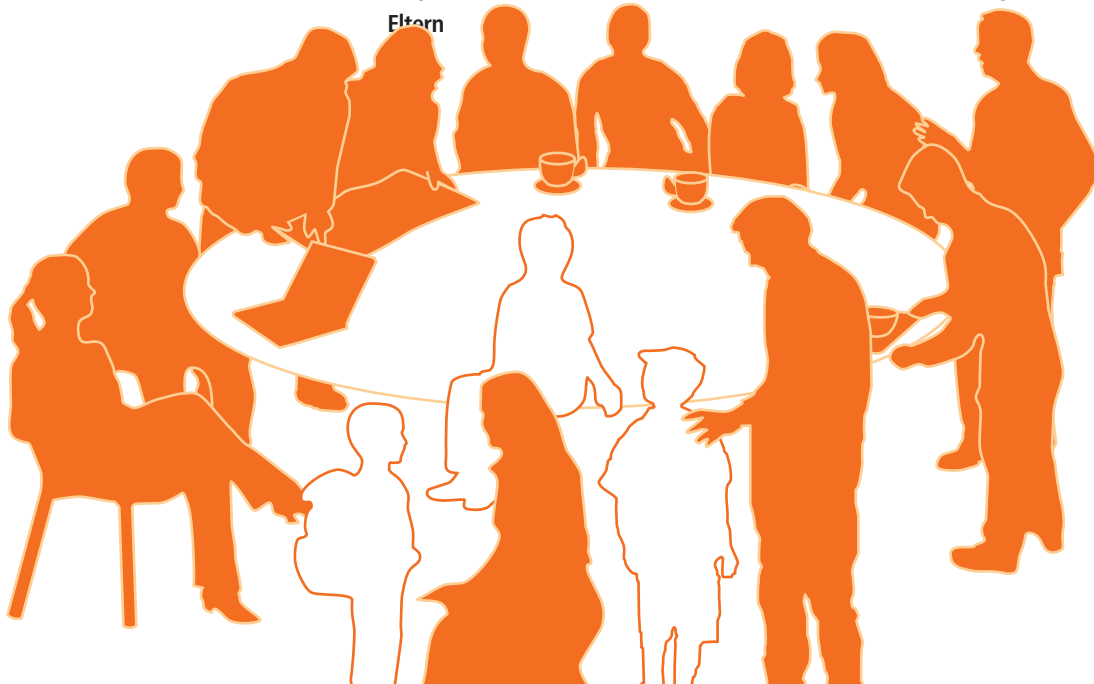
www.maxbrauerschule.de/index.php

- ⇒ Aufheben des 45-Minuten-Takts, Bewegungspausen, Bewegung im Unterricht
- ⇒ Lernen mit allen Sinnen
- ⇒ Hören, Sehen, Be-Greifen, Tun
- ⇒ Wechsel von vermitteltem und forschendem Lernen, Wechsel von individuellem und Gruppenlernen, Freiarbeit, Wochenplanarbeit, Epochen
- ⇒ das Lernen lernen mit eigenem Zeitdeputat in den Stundenplan einbauen
- ⇒ Vertretungskonzept mit vorbereiteten Materialien für das selbstständige Arbeiten in jeder Lerngruppe
- ⇒ Werkstatt-Tage, ein fester Projekttag pro Woche
- ⇒ Werkstattwagen (Fachunterricht in den Klassenraum holen statt Wechsel in den Fachraum)
- ⇒ („Haus-“)Aufgabenzeiten in der Schule (kein Hausaufgabenstress für Schüler und Eltern)
- ⇒ Schüler helfen Schülern, Peer-Teaching

Zusammenarbeit mit Eltern

vgl. Material 2:
Beispiel Grundschule Kleine Kiel-Straße
unter www.filis.net

- ⇒ runder Tisch mit Eltern, Schülern und Lehrern
- ⇒ Teilnahme der Eltern an pädagogischen Tagen
- ⇒ Mitwirken der Eltern an der Profilbildung, am Schulprogramm
- ⇒ Kommunikations- und Konflikttrainings gemeinsam mit Eltern
- ⇒ Öffnen der Konferenzen für Eltern
- ⇒ aufsuchende Elternarbeit – frühzeitiges Einbeziehen, Gesprächskreise
- ⇒ interkulturelles Leben in der Schule: z. B. türkischer Müttertreff, -café
- ⇒ Projekte zum Einbeziehen wirtschaftlich und sozial benachteiligter Eltern



Schüler übernehmen Verantwortung

www.schuelerfirmen.de
www.schueler-unternehmen-was.de

Erweiterte und erweiternde Aktivitäten

- ⇒ Schülerfirma: z. B. Cafeteria, Druckerei, Zeitung
- ⇒ Austauschprogramme mit internationalen Partnerschulen
- ⇒ Ferienspiele, Freizeiten mit Kooperationspartnern
- ⇒ Feste und Feiern in das Schulleben integrieren
- ⇒ Girls Day, (Schnupper-)Praktikum, Berufsbörse unter Einbeziehen der Eltern, Berufswahlorientierungs-Praktika für Schüler und Lehrer
- ⇒ Kooperation mit Jugendhilfe/Jugendarbeit, Vereinen, Theater, Bibliothek, Hochschule, Unternehmen
- ⇒ regelmäßige Präsentation von Arbeitsergebnissen in das Schulleben integrieren
- ⇒ Projekttag einmal pro Woche in Kooperation mit außerschulischen Partnern
- ⇒ Schulfahrtenprogramm
- ⇒ Sommerakademie/Summer School
- ⇒ siehe Materialteil

Good Practice

Material 1



Belastungsfaktor „fragend-entwickelnder Unterricht“

Der deutsche PISA-Koordinator Jürgen Baumert vom Max-Planck-Institut in Berlin zu den Folgerungen aus der PISA-Studie (in: E&W, Zeitschrift der Bildungsgewerkschaft GEW 1/2002, S. 25):

[...] „Unser Standardunterrichtsskript des „fragend-entwickelnden Unterrichts“ ist äußerst anspruchsvoll und im Falle des Gelingens ein kognitiv aktivierendes, wenn auch für die Lehrkraft sehr anstrengendes Unterrichtsmuster. Gleichzeitig ist aber das Risiko des Scheiterns, wie alle Videoaufzeichnungen belegen, sehr hoch. Die konvergent auf ein Ergebnis ausgerichtete Unterrichtsführung führt dann dazu, dass ein anspruchsvolles Ausgangsproblem in der Folge immer einfacherer Fragen schrittweise trivialisiert wird. Bei dieser Choreografie verfügen Lehrkräfte weder über die psychischen Ressourcen noch über die Zeit, um auf Differenz adäquat einzugehen.

Ich will das an zwei Beispielen deutlich machen:

Im „fragend-entwickelnden Unterricht“ können Lehrkräfte sehr schlecht mit Schülerbeiträgen umgehen, die über das Thema hinausführen: Sie stören oft das Unterrichtskonzept. Wenn eine Lehrkraft darauf eingeht, beginnt der Unterricht leicht zu mäandern und das Unterrichtsziel gerät aus dem Blick. Ebenso fällt es Lehrkräften bei dieser Choreografie schwer, Fehler produktiv zu machen; dies verlangt eine Interpunktion im Unterrichtsgang, die nicht vorgesehen ist. Die Struktur des Unterrichtsskripts lässt der Lehrkraft wenig Chancen, auf Heterogenität angemessen und individuell zu antworten.

Die eigentliche Herausforderung ist es – und hier sind auch die Lehrgewerkschaften gefordert –, Wege der professionellen Weiterentwicklung zu öffnen, um Unterrichtsskripte zur Routine werden zu lassen, die psychisch entlastender, ökonomischer rhythmisiert und weniger konvergent sind und Freiheiten geben, um mit heterogenen Lernvoraussetzungen ohne äußere Differenzierung intelligent umzugehen. Dass dies möglich ist, zeigt der internationale Vergleich mit erfolgreichen integrierten Systemen.“

Elterncafé an der Grundschule Kleine Kielstraße, Dortmund

„Seit September 1997 ist an der Schule ein Elterncafé eingerichtet, das täglich im Anschluss an die große Pause stattfindet. Hier können Eltern der Schüler aller Jahrgänge miteinander ins Gespräch kommen, Fragen zur Schule unterhalb der üblichen offiziellen Foren stellen. So wird die häufig festzustellende Anonymität innerhalb der Elternschaft überwunden. Die Grundschule hat einen relativ umfassenden Einblick in die Lebenssituationen des einzelnen Kindes. Sie registriert Veränderungen im Verhalten, sie ist oft die erste Anlaufstelle in Problemsituationen. Die bisherige Erfahrung unserer schulischen Elternarbeit hatte gezeigt, dass gängige Beratungs- und Informationsangebote (wie Angebote der Beratungsstellen, der Familienbildung u. Ä.) die Eltern in der Regel nicht erreichen bzw. von ihnen nicht genutzt werden können, da sie entweder nicht bekannt oder zu weit entfernt liegen. Die Schule bemüht sich um niedrigschwellige Beratungsangebote: Beratung vor Ort und darüber hinaus auch die Vermittlung zu anderen professionellen Unterstützungssystemen. In schwierigen Fällen bietet die Sozialpädagogin des Elterncafés ihre Begleitung beim Erstkontakt an.

Neben diesem kommunikativen Aspekt hat das Elterncafé als wichtige Stütze schulischer Sozialarbeit seinen Schwerpunkt in der Einzelfallhilfe

Konzeptionelle Verbindung des vorschulischen Elterngesprächskreises (EGK) zum Elterncafé der Schule

- ➔ Durch das Elterncafé können die Eltern zu den im EGK aufgeworfenen Fragen täglich weitere Unterstützung und Beratung erhalten.
- ➔ Zum Thema Sprachförderung:
 - können die Eltern direkt im Anschluss an den inhaltlich zugeordneten EGK und auch weiterhin regelmäßig im Elterncafé die erprobten Bücher und Spiele ausleihen. Bei Rückgabe der Spiele und Bücher kann über die gemachten Erfahrungen und Schwierigkeiten gesprochen, Tipps und Anregungen können ausgetauscht werden. Die Schule kann sich als selbstverständliche Anlaufstelle frühzeitig etablieren;
 - haben die Eltern die Möglichkeit gemeinsam mit Mitarbeiter/innen der Schule die öffentliche Bibliothek zu besuchen, Leihausweise für die Kinder zu beantragen und einen Überblick über das Angebot der Bücherei zu bekommen. Dieser erste gemeinsame Schritt erleichtert Eltern die selbstständige Nutzung öffentlicher Angebote.
 - Das Ausleihangebot des Elterncafés umfasst Bilderbücher in verschiedenen Sprachen mit der Möglichkeit, dazu eine besprochene Kassette zu leihen, falls sich Eltern das Vorlesen noch nicht zutrauen.
 - Darüber hinaus können in türkischer Sprache auf Kassette gesprochene Elternbriefe des Arbeitskreises Neue Erziehung ausgeliehen werden, die verständlich zu Erziehungsfragen Stellung nehmen.

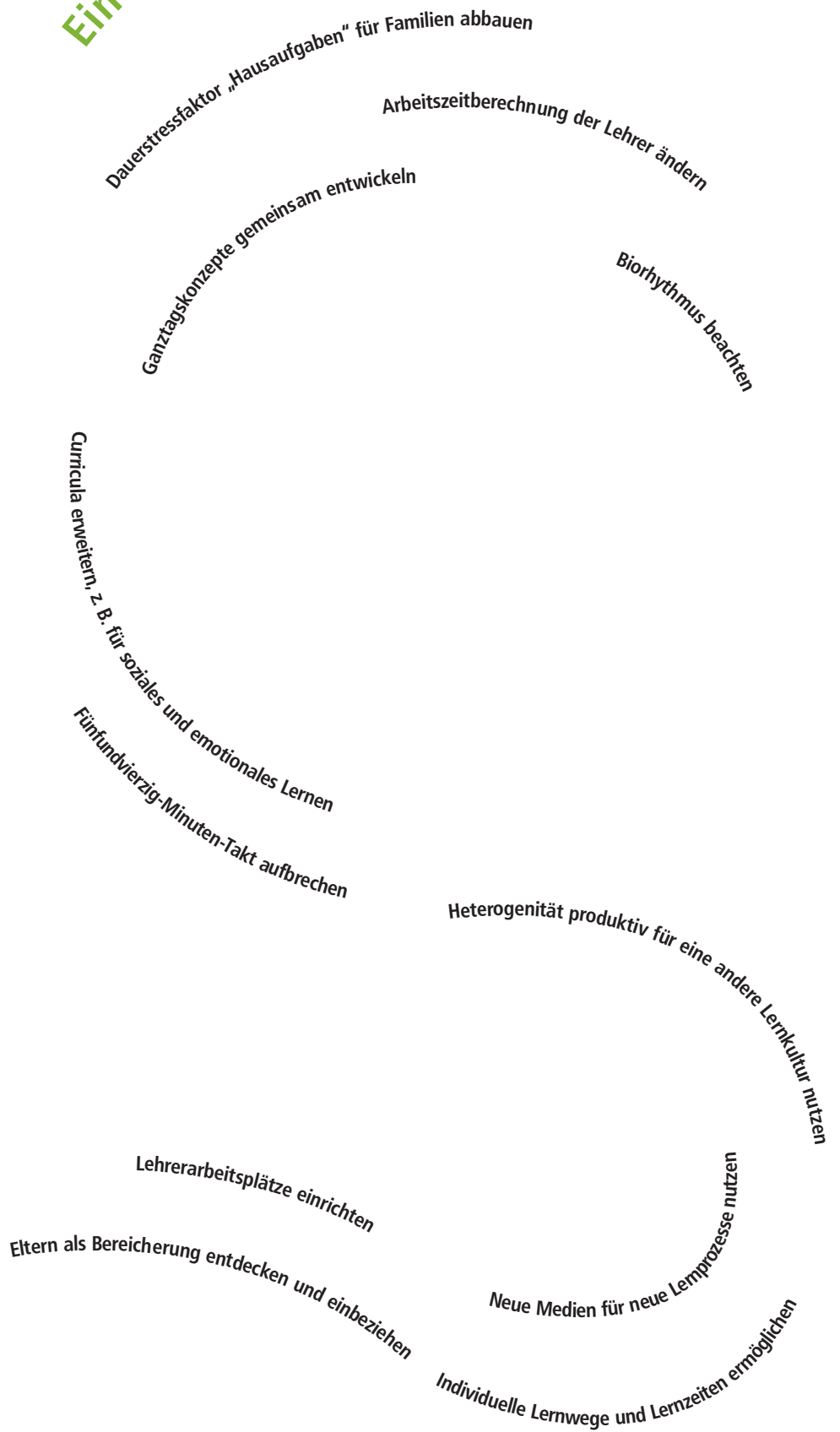
Infos unter: www.do.nw.schule.de/gskleinekielstrasse

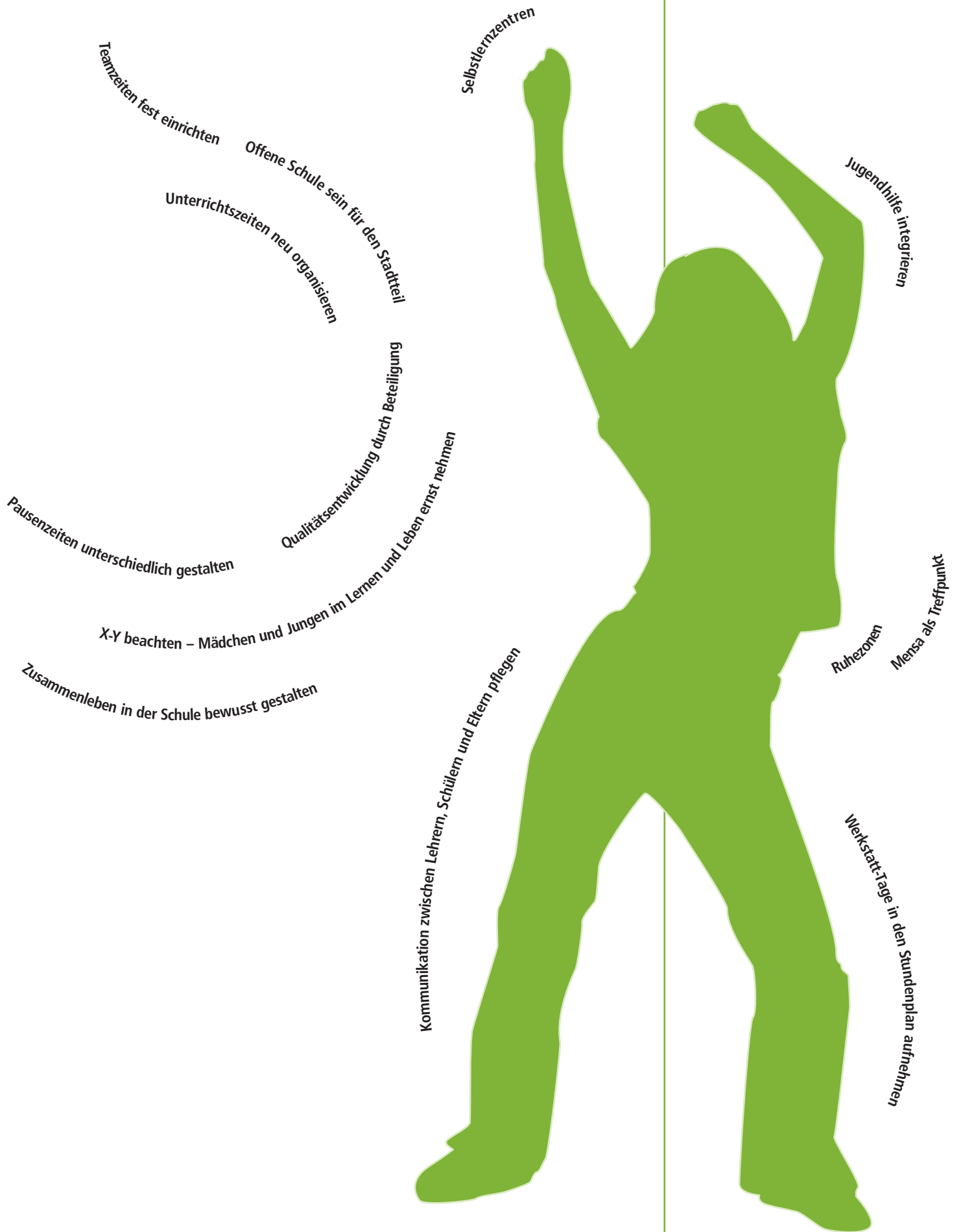
Material 3

Treffen Sie Ihre Entscheidungen!
 Wählen Sie Ihre Themen und Prioritäten!
 Ergänzen Sie!
 Welche Schritte wollen Sie gehen?
 In welchem Takt und mit welchem Tempo?
 Wer kann Sie trainieren?

...

Ein neuer Rhythmus in der Schule









Schüler-, Lehrer- und Elternzeit synchronisieren

- Eine längere gemeinsame Zeit in der Schule eröffnet neue Möglichkeiten für alle Mitglieder der Schulgemeinde: Schüler haben die größere Chance, ihre Fachlehrer auch bei Übungs- und Vertiefungsaufgaben ansprechen zu können. Lehrer können ihre Teamzeiten besser gestalten. Für Eltern können zuverlässige Gesprächszeiten eingerichtet werden. Anrufe bei Lehrern in der Privatzeit können minimiert werden.

Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit verbessern

- Die Schule entwickelt einen äußeren und inneren Rhythmus, der eine größere Balance zwischen Anspannung und Entspannung schafft. Eine Vielfalt von Lernarrangements wird ermöglicht. Gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen für Schüler und Lehrer werden geschaffen. Privatzeit- und Dienstzeit von Lehrern kann zunehmend entkoppelt werden.

Neue Räume und Zeiten für Begegnung und Zusammenarbeit schaffen

- Begegnungen über den traditionellen Unterricht und traditionelle Schulsituationen hinaus können systematisch in das Schulleben eingeflochten werden.



Die Verbesserung des Wohlbefindens in der Schule für Schüler und Lehrer bedeutet Fortschritt für alle auf dem Weg zur gesünderen und besseren Schule.

A large white rectangular area with rounded corners, containing horizontal green lines for writing. It is positioned over a green background.

Konzept und Arbeitsgruppenleitung**Sigrid Beer**

Pluspunkt Verlag, Paderborn

Seit 20 Jahren aktiv in der Elternarbeit tätig, ehemalige Vorsitzende des Landeselternrats der Gesamtschule NW e. V. (1997-2003), Mutter von drei Kindern, freiberufliche Diplom-Pädagogin, Lehrbeauftragte und Forschungsmitarbeiterin in der Fachgruppe Ernährung und Verbraucherbildung (Lehramtsausbildung) an der Universität Paderborn, Paderborn

Arbeitsgruppenmitglieder**Jörg Bickel**

Lt. Gesamtschuldirektor i. R., Detmold

Rolf Günther

Landesinstitut für Schule (LIS), Bremen

Gudrun Heindl-Gebert

Bundeselternrat, Berlin

Hella Salzmänn

Bundeselternrat, St. Ingbert

Ulla Schütter

Grundschulrektorin, Tecklenburg

Dorothee Stinshoff-Kraus

Bundeselternrat, Aachen

Redaktion**Angelina Ribeiro**

Bertelsmann Stiftung, Gütersloh

Bildnachweis/Agentur**SAGA Werbeagentur**

Münster

© 2010

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, mit vorheriger schriftlicher Einwilligung der Herausgeber.

Internet

www.anschub.de



www.bertelsmann-stiftung.de/verlag
www.anschub.de

ISBN-10: 3-89204-870-3
ISBN-13: 978-3-89204-870-1

Mit Unterstützung durch

UniversumVerlag 

ARBEITSGEMEINSCHAFT
Jugend + Bildung e.v.


Verein Anschub.de
Programm für die gute gesunde Schule e.V.