

1.2 Lernumgebungen, Lern- und Bewegungsräume

Begründung

Architektur und Gestaltung der Lernräume und Lernumgebungen wirken sich auf das Lernen unmittelbar aus. Bereits aus ergonomischer Sicht gibt es eine Vielzahl von Hinweisen auf die Steigerung der Effektivität von Arbeitsprozessen durch die Wahl förderlich gestalteter Umwelten. Zu den Lernumgebungen und Lernräumen gehören aber nicht nur architektonische Bedingungen und reine Baumaßnahmen. Gestaltete Lernumgebungen erfüllen in erster Linie eine pädagogische Funktion: Sie stehen im Dienst des alltäglichen Zusammenlebens und -lernens in der Schule. Eine Investition in ein lebendiges Schulareal lohnt sich aus vielerlei Gründen. Sie wird zu einem erkennbaren Ausdruck des gemeinsamen Bemühens um eine gute und gesunde Schule. Und sie bleibt auch über den Tag hinaus pädagogisch wirksam – getreu dem Motto, dass Umgebung erzieht. In diesem Kapitel werden Sie Anregungen finden, wie Sie mit Lernumgebungen das Lehren und Lernen unterstützen können.

1.2.1 Kinder- und jugendgerechte Lernräume

Eine altersgerechte Raumgestaltung (Spielflächen, Aufenthaltsbereiche usw.), die den unterschiedlichen Bedürfnissen der verschiedenen Altersgruppen entspricht, sorgt für die Verringerung von Reibungspunkten und Konfliktfeldern. Gewalt gegen Personen und Dinge geht zurück, wenn Schülerinnen und Schüler in die Planung und Gestaltung ihrer Umgebung einbezogen werden.

QM 1.2.1

Stimulierende Lernumgebungen

Die Schülerinnen und Schüler erleben die Schule als einen Lebensort, in dem sie sich wohlfühlen und unterschiedlichen Bedürfnissen nachgehen können. Die Schülerarbeitsplätze und Schulräume werden unter Mitwirkung der Lernenden als altersgerechte Lernumgebungen gestaltet, welche die Schülerinnen und Schüler stimulieren und zu selbstständigem Lernen und Arbeiten herausfordern.

Schlüsselindikatoren

Pädagogisches Handeln der Lehrpersonen		1	2	3	4
Partizipative Gestaltung auf Klassenebene	Die Lehrpersonen beziehen die Schülerinnen und Schüler bei der Gestaltung und Einrichtung des Klassenzimmers und von Gruppenräumen ein.				
	Die Schülerinnen und Schüler gestalten ihre persönliche Lernumgebung verantwortlich nach eigenen Vorstellungen.				
	Die Schülerinnen und Schüler übernehmen Ämter und Dienste im Rahmen des Gruppen- und Schullebens und sind abwechselnd zuständig für verschiedene Aufgaben (Tafel und Geräte, Geburtstage, Aquarium, Hamster, Zimmerpflanzen, Führen des Klassenbuches usw.).				

Achtungsvoller Umgang	Die Einrichtung und Gestaltung des Schulareals ermutigt die Schülerinnen und Schüler zu respektvollem Umgang.				
	Lehrpersonen halten Schülerinnen und Schüler zu einem achtungsvollen Umgang mit Sachen und Einrichtungen an.				
<i>Eigene Qualitätsziele:</i>					

Schule		1	2	3	4
Teil des Schulprogramms	Die Gestaltung der Schule als Lebens- und Erfahrungsraum ist Bestandteil des Schulprogramms.				
Bedarf und Bedürfnisse	Die Schule untersucht den Ist-Zustand und erhebt die Bedürfnisse aller Beteiligten (Schülerinnen und Schüler, Lehrpersonen, Personal für Verwaltung und Unterhalt ...).				
	Die funktionalen, materiellen und ästhetischen Schwächen von Schülerarbeitsplätzen, Schulräumen und Freigelände werden mit allen an der Schule Beteiligten gezielt erfasst (Form und Funktion der Schulmöbel/ Bewegungsraum am Schülerarbeitsplatz/Raumluft/Akustik, Baustoffe/ Farbgestaltung u.a.).				
	Die Schule bietet eine hohe Lern-, Arbeits- und Aufenthaltsqualität.				
Partizipative Gestaltung	Das Gebäude (Klassen- und Fachräume, Lehrerzimmer usw.) und Außenanlagen sind in einem gepflegten Zustand und werden durch Arbeiten von Schülerinnen und Schülern gestaltet.				
	Die Schulräume und Schülerarbeitsplätze werden unter professioneller Anleitung gemeinsam von Kindern und Jugendlichen, Lehrpersonen, Schulleitungen, Eltern und Schulträgern zu einem gesundheitsförderlichen Lebensraum gestaltet.				
	Damit die Erfolge bei der praktischen Mitarbeit in konkreten Gestaltungsprojekten die Motivation und das Selbstbewusstsein der Schülerinnen und Schüler fördert, werden diese angemessen hervorgehoben.				
Pädagogische Gestaltung	Die Schule hat pädagogisch begründete Gestaltungsvorschläge für den schulischen Lern- und Lebensraum von Kindern und Jugendlichen entwickelt, auf Umwelt- und Sozialverträglichkeit geprüft und mit geeigneten Kooperationspartnern schrittweise umgesetzt (z. B. kommunikationsfördernde Arbeitsplatz- und Raumgestaltung/Ausstattung mit Selbstlernmaterialien usw.)				

Gestaltung der Schulzimmer	Die Klassenzimmer und weitere Lernräume sind als didaktisch reiche Lernumgebungen gestaltet, in denen die Schülerinnen und Schüler die erforderlichen Materialien selbstständig holen und bringen können und wo die (traditionellen) Ecken variiert eingerichtet sind.				
	Die Gestaltung der Klassenräume ermöglicht die Arbeit in verschiedenen Sozialformen (Einzel-, Partner- und Gruppenarbeiten, Arbeit mit Gesamtklasse).				
	Der Wechsel von der Gruppenarbeit zum Stuhlkreis – und umgekehrt – ist jederzeit ohne Umräumen der Schultische möglich.				
	Die Raumgestaltung, das Mobiliar und das Raumklima fördern konzentriertes Arbeiten.				
	Die Schule stellt innerhalb ihrer gegebenen Möglichkeiten eine optimale und funktionierende Ausstattung für die Gestaltung der Lehr-/Lernprozesse zur Verfügung.				
	Die Raumgestaltung, das Mobiliar und das Raumklima werden immer wieder auf Tauglichkeit im Hinblick auf die Förderung konzentrierten Arbeitens hin überprüft.				
Kind- und jugendgerechte Räume und Arbeitsplätze	Die Schule ist mit altersgerecht unterschiedlichen Räumen und Lerngelegenheiten ausgestattet, die zu musischem und handwerklichem Tun einladen. Diese sind tagsüber zugänglich.				
	Einrichtung und Gestaltung des Schulgeländes fördern und berücksichtigen die physische und psychische Gesundheit.				
	Die Schulräume sind großzügig bemessen und können in Zonen unterteilt werden.				
	Die Schülerinnen und Schüler erleben die Schule als einen Lebensort, an dem sie sich wohlfühlen und unterschiedlichen Bedürfnissen nachgehen können.				
Schulumgebung	Besucherinnen und Besucher empfinden das Schulgebäude und das Schulgelände als einladend.				
	Auf dem Schulgelände werden Spiel-, Sport- und Bewegungsangebote gemacht, die in den Pausen von den Schülerinnen und Schülern genutzt werden können.				
Hygiene	Schulgebäude und -umgebung werden in hygienischem und sauberem Zustand gehalten.				
	Die sanitären Anlagen sind in einem gepflegten Zustand.				

Spielräume für die Raumgestaltung	Die Schule setzt Maßstäbe für die Gestaltung der Räume und lässt Spielraum für besondere Wünsche der Gruppen.				
	Ämter und Dienste für alle sind im Schulprogramm vorgesehen, die Form ist altersgerecht unterschiedlich.				
<i>Qualitätsziele der Schule:</i>					

Rahmenbedingungen des Bildungssystems		1	2	3	4
Ganzheitlicher Bildungs- und Erziehungsauftrag	Die Schulen werden im Rahmen eines ganzheitlichen Bildungs- und Erziehungsauftrags zur pädagogischen Gestaltung von Schulhaus und Umgebung (obligatorischer Teil des Schulprogramms) verpflichtet.				
Pädagogische Teilautonomie	Die Schulen haben die Freiheit, die Räume nach pädagogischen Kriterien selbst zu gestalten.				
Ausstattung der Schulen	Die Ausstattung der Schulen entspricht den Anforderungen gesunder Arbeitsplätze, gesunder Ernährung und eröffnet vielfältige Bewegungsmöglichkeiten.				
	Die Richtlinien für Schulbau, schulische Einrichtungen und für die Gestaltung des Schulgeländes orientieren sich an pädagogischen Kriterien. Sie gewährleisten, dass die Schule unterschiedlichen Bedürfnissen und Begabungen durch eine flexible Ausstattung gerecht werden kann.				
Bauen	Bei Um- und Neubauten werden Gesundheits- und Sicherheitsaspekte berücksichtigt.				
Gemeinsamer Qualitätsauftrag	Die Gestaltung und Einrichtung altersgerechter Lernumgebungen ist eine gemeinsame Verbundaufgabe der Lehrpersonen, Schulleitungen, Schülerinnen und Schüler, Eltern und des Schulträgers.				
	Die Schule erhält bei der Entwicklung und Gestaltung ihrer Lern-, Arbeits- und Aufenthaltsqualität kompetente Fachberatung.				
<i>Qualitätsziele des Bildungssystems:</i>					

Ideen zur Umsetzung

Gestaltete Lernumgebungen – veränderte Rollen von Lehrpersonen, Schülerinnen und Schülern

Die Umgestaltung von traditionell eingerichteten Klassenzimmern zu Lernumgebungen hat zum Ziel, Raum für selbstständiges Lernen und Eigeninitiative zu schaffen. Die Lernumgebungen sollen Schülerinnen und Schüler herausfordern, eigenen Fragen mit kleineren und größeren Projekten nachzugehen. Sie sollen zu selbstgesteuerter Einzelarbeit ebenso anregen wie zu Teamwork in Arbeitsgemeinschaften. Damit moderne Unterrichtskonzepte (Freiarbeit, Lernen in Gruppen, Projektunterricht, Werkstatt- und Wochenplanunterricht usw.) integriert werden können, ist eine flexible Raumgestaltung notwendig. Aus dem Klassenzimmer wird eine Lernumgebung, die alle Sinne ansprechen soll: Formen, Farben, Materialien, Licht, Ordnung des Raums, Musik sind Elemente, die auf ihre Wirkung und Eignung geprüft werden können. Besonderes Gewicht erhält dabei eine bewusste Raumeinteilung: «Die Schüler sitzen in Kleingruppen zusammen, sodass jederzeit Partner- und Kleingruppenarbeit möglich ist – ohne Wechsel der Sitzordnung. Ein Teil des Raumes sollte, sofern er groß genug ist, für den Morgenkreis und für Rollenspiele freigehalten werden. Einzurichten sind eine Lesecke mit bequemen Sitzmöbeln, eine Klassenbücherei mit Nachschlagewerken, eine Arbeitsecke mit verschiedenen Werkzeugen und eine Computerecke. Besonders wichtig sind Regale, in die Materialien für die Freiarbeit eingeordnet werden können. Je nach Schulstufe und Interessen lassen sich Lernumgebungen durch einen Sandkasten, ein Aquarium, Herbarium oder Terrarium anreichern. Grünpflanzen sollten eine Selbstverständlichkeit sein. Die Lernumgebung wird ergänzt durch eine große höhenverstellbare Klapptafel, eine Hafttafel und mehrere Korktafeln, um Schaubilder, Schülerarbeiten, das Verhaltensposter und die Klassenordnung anheften zu können. Zur technischen Ausstattung gehören neben dem Computer ein Overheadprojektor mit geeigneter Projektionswand, ein Video- und Kassettenrecorder. Die Qualität der Lernmaterialien ist für Offenen Unterricht [...] von entscheidender Bedeutung. Verfügen die Materialien – die Arbeitsmittel, das Arbeitsmaterial, die Arbeitsblätter, Lernspiele, Gesellschafts- und Computerspiele – über hohe Lernanreize, sind sie altersgerecht ausgewählt und bieten sie echte Lernchancen, werden die Schüler von sich aus die Lernangebote annehmen und mit dem Lernen beginnen, einfach weil sie sich für die Sachen interessieren. In solchen Fällen ist die Unterrichtszeit gut investiert, und hohe Leistungsstandards sind schon fast gesichert. Der Lehrer kann sich zurücknehmen, zuhören, beraten, minimale Lernhilfen geben.»¹ Ein weiterer Vorzug von Lernumgebungen sollte nicht verschwiegen werden: Indem Schülerinnen und Schüler Gelegenheit erhalten, ihre Vorstellungen einzubringen und die Lernumgebung eigentätig mitzugestalten, ist viel gewonnen: Sie können sich dadurch mit ihrer Umgebung besser identifizieren und werden dem «Eigenen» auch besser Sorge tragen.

Die Umgestaltung von herkömmlichen Unterrichtsräumen zu gesundheits- und kommunikationsfördernden Lernumgebungen erfordert ein klares pädagogisches Leitbild und viel kreatives Gestaltungspotenzial. Angesichts häufig relativ kleiner Klassenräume kann die Bereitschaft zum Abreißen be-

1 Zitiert aus: Georg E. Becker: Bildungsstandards. Ausweg oder Alibi (Weinheim 2004).

engender Wände gefragt sein. Wo sich eine neue Lernkultur entfalten soll, ist eine flexible Möblierung hilfreich, die den wechselnden pädagogischen Ansprüchen gerecht wird (von der Einzel- zur Teamarbeit und von dort zum Stuhlkreis oder zur frontalen Präsentation).

Räumliche Umgestaltungsmaßnahmen kosten ebenso Geld wie die Anschaffung geeigneter (Selbst-)Lernmaterialien. Während eine neue Rhythmisierung des Schultages und eine gesundheitsfördernde Zeitgestaltung lediglich Planungsfantasie erfordert, aber keine Kosten verursacht, reicht Planungsfantasie bei der Raumgestaltung nicht aus. Hier geht es vorrangig um die grundsätzliche Frage, wie viel uns eine zeitgemäße Bildung der nachfolgenden Generationen wert ist. Erst wenn die materiellen Gestaltungsspielräume geklärt sind, kann eine partizipative Gestaltung zum gewünschten Erfolg führen.

Der in der Schweiz und in Deutschland geförderte Ausbau von Ganztagschulen hat einige beachtliche Umbau- und Neubauprojekte hervorgebracht, die eine Orientierungshilfe für Umgestaltungsmaßnahmen bieten können (vgl. dazu die nachfolgenden Links sowie den Werkstattbericht: Neu- und Umbauvorhaben für eine gesunde (Ganztags-)Schule² in Band I: Theorie und Praxis der guten gesunden Schule.)

Das Schulgelände als Lebens- und Lernort

Wird das Schulgelände als Unterrichtsort aufgefasst und entsprechend gestaltet, dann wird das gesamte Schulgrundstück zu einem Raum, der für Unterricht, Lernprojekte und Pausenaktivitäten genutzt werden kann. Um dem (Schul-)Leben Raum zu geben, können folgende Prinzipien guter und gesunder Schulgelände Handlungsimpulse geben:

- Nutzen Sie möglichst alle zur Verfügung stehenden Flächen und Räume. Damit können sich die Aktivitäten entzerren, und die sozialen Reibungsflächen verringern sich.
- Vereinbaren Sie im Kollegium und mit der Schülerschaft klare und einsichtige Verhaltensregelungen und sorgen Sie mit einem proaktiven Aufsichtsverhalten für die Befolgung dieser Regelungen.
- Experimentieren Sie mit flexiblen Pausenregelungen: Was geschieht, wenn nicht alle Schülerinnen und Schüler zur gleichen Zeit aus dem Schulgebäude (oder ins Gebäude) stürmen?
- Nutzen Sie das Provisorium als kreativen Raum: Lassen Sie bei der Gestaltung der Schulfreiflächen auch offene Flächen für prozesshaftes Arbeiten und Raum für weitere Entwicklungen.
- Damit es bleiben kann, wie es ist, muss es sich verändern: Wenn neue Schülerinnen und Schüler nachkommen, muss Identifikation mit der Umgebung durch praktische Gestaltungsprojekte immer wieder neu entstehen können.
- Schulgelände ist auch öffentlicher Raum: Berücksichtigen Sie mit Ihren Gestaltungsideen, dass eine schulische und außerschulische Nutzung des Schulgeländes möglich sein muss.
- Schaffen Sie mit einem Schulgelände, das sich gegen den Stadtteil öffnet, die Möglichkeit zu sozialen Kontakten, aber auch sozialer Kontrolle.

² Wilfried Buddensiek: Werkstattbericht: Das Herforder Modell für den Ausbau guter und gesunder (Ganztags-)Schulen. In: Gerold Brägger/Norbert Posse/Georg Israel (Red.): Bildung und Gesundheit. Argumente für eine gute und gesunde Schule (Bern 2007).

- Seien Sie sich bewusst, dass nur eine breite Kooperation zwischen Schulleitung, Lehrpersonen, Schülerinnen und Schülern, Eltern, Schulträgern, Nachbarn und Fachleuten den nachhaltigen Erfolg Ihrer Gestaltungsinitiative sichert.³

Expertenbeiträge und verwendete Quellen

Beiträge

- Stephanie Baumgartner Perren, stephanie.baumgartner@infood.ch im Auftrag der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE), Effingerstrasse 2, Postfach 8333, CH-3001 Bern, info@sge-ssn.ch; <www.sge-ssn.ch>.
- Wilfried Buddensiek, w.buddensiek@fakkw.upb.de, – Gesellschaftswissenschaften und Didaktik des Sachunterrichts – Fakultät für Kulturwissenschaften, Universität Paderborn, Warburger Straße 100, D-33098 Paderborn.

Quellen

- Materialien für die Selbstevaluation an allgemein bildenden Schulen in Baden-Württemberg. Landesinstitut für Schulentwicklung.
- Axel Menikheim: Aspekte lernfördernder Klassenraumgestaltung. <http://www.bewegteschule.de/pdf/klassenraumgestaltung.pdf>.
- Orientierungsrahmen Schulqualität Niedersachsen. 2003.
- Qualitätsrahmen für Schulen in Rheinland-Pfalz.

Literaturhinweise und Links

- Wilfried Buddensiek: Zukunftsfähiges Leben in Häusern des Lernens. Szenarien, Projekte, Baupläne. Göttingen: Verlag Die Werkstatt, 2001.
- Wilfried Buddensiek (2005): Lernräume gestalten. In: Hundeloh u.a., S. 137–143.
- Renate Girmes/Detlev Lindau-Bank (Hrsg.): Themenheft Lern(t)räume. Lernende Schule, Heft 20. Seelze: Friedrich, 2002.
- Heinz Hundeloh/Gerrit Schnabel/Nil Yurdatap (Red.): Kongressdokumentation: Gute und gesunde Schule, 15. + 16. November 2004 in Dortmund. Hrsg.: Träger der gesetzlichen Schülerunfallversicherungen in NRW. <www.luk-nrw.de>, <www.guvv-wl.de>.
- Lutz Kottmann/Doris Küpper/Rolf-Peter Pack: Bewegungsfreudige Schule. Schulentwicklung bewegt gestalten – Grundlagen, Anregungen, Hilfen. Gütersloh: Verlag Bertelsmann Stiftung, 2005.
- Ramsegger, Jörg/Annette Dreier/Kucharz, Diemut/Sörensen, Bernd: Grundschulen planen, bauen, neu gestalten. Empfehlungen für kindgerechte Lernumwelten. Frankfurt am Main: Grundschulverband – Arbeitskreis Grundschule e.V., 1999.
- Hans-Georg Schönwälder/Jörg Berndt/Frauke Ströver/Gerhart Tiesler: Lärm in Bildungsstätten – Ursachen und Minderung. Bremerhaven: NW-Verlag, 2004. Schriftenreihe der BAuA, Fb 1030).
- Josef Watschinger/Josef Kühebacher (Hrsg.): Schularchitektur und neue Lernkultur. Neues Lernen – Neue Räume. Bern: h.e.p. verlag, 2007.
- <http://www.baua.de/fors/fb04/fb1030.pdf> und <www.ganztaegig-lernen.de>: Auf diesen Seiten finden sich Informationen zum Programm *Ideen für mehr! Ganztägig lernen* der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung, Informationen zu den regionalen Serviceagenturen, zahlreiche Materialien sowie ausführ-

3 Vgl. dazu: Martina Hoff: Gestaltung von schulischen Freiflächen. In: Heinz Hundeloh/Gerrit Schnabel/Nil Yurdatap (Red.): Kongress gute und gesunde Schule. Dokumentation (Dortmund 2004).

liche Informationen u.a. zu folgenden Themen: Unterricht (Modelle, Rhythmisierung, räumliche Gestaltung, Versorgung und Betreuung), Organisation und Gestaltung (Raum- und Sachausstattung, Personal, Finanzen), Schulentwicklung (Qualitätsentwicklung, Evaluation).

- www.ganztagsschulen.org: Das Portal des Bundesministeriums für Bildung und Forschung zur Ganztagschule bietet zahlreiche Artikel zum Thema Ganztagschule, Informationen zum Investitionsprogramm *Zukunft Bildung und Betreuung* der Bundesregierung, Praxisbeispiele zur Umsetzung in den Ländern. Es steht auch Informationsmaterial zur Ganztagschule zum Download bereit.
- www.fraktale-schule.de: Diese Seite bietet Informationen zum Konzept der *fraktalen Schule*. Die Qualitätskriterien der Stadt Herford für die Raumgestaltung und -ausstattung sowie Informationen zum fraktalen Schulbau am Beispiel der Grundschule Landsberger Straße in Herford stehen zum Download bereit. Darüber hinaus gibt es Anregungen für Umbauprojekte.

1.2.2 Bewegungsfreundliche Schulräume und Pausenareale

Wer etwas bewegen will, muss sich selbst bewegen! Die Zusammenhänge zwischen Bewegung und Entwicklung sind ebenso vielfältig nachgewiesen wie diejenigen zwischen Bewegung und Lernen. Bewegungsmangel gilt als Risikofaktor, Bewegungsmöglichkeiten als Entwicklungsvoraussetzung und (körperliche und geistige) Beweglichkeit als Ressource. «Wer sich nicht bewegt, bleibt sitzen!» – Diese Erkenntnis bringt die Ergebnisse für den Bereich Schule auf den Punkt.

Bewegung im Unterricht bringt Bewegung in den Unterricht, Bewegung in den Pausen schafft den notwendigen körperlichen Ausgleich zur konzentrierten und (körperlich) bewegungsarmen Schulstunde.

QM 1.2.2

Bewegungs- und Erholungsräume

Eigenaktivität und Bewegung sind in allen Außen- und Innenräumen der Schule ebenso vorgesehen wie Möglichkeiten zur stillen Konzentration und Entspannung.

Schlüsselindikatoren

Pädagogisches Handeln der Lehrpersonen		1	2	3	4
Lerngelegenheiten, die zu Eigenaktivität Spiel und Sport herausfordern	Schülerinnen und Schüler finden vielfältige Gelegenheiten für Bewegung.				
	Sie finden in der Schule unterschiedliche Möglichkeiten vor, allein oder in Gruppen konzentriert zu arbeiten.				
	Sie finden vielfältige Gelegenheiten für musische, handwerkliche, technische, soziale und wirtschaftliche Tätigkeiten und Arbeiten.				
Planung	Lehrerinnen und Lehrer planen bei der Vorbereitung des Unterrichts Lernarrangements so, dass Schülerinnen und Schüler sich auch während des Unterrichts bewegen können.				
<i>Eigene Qualitätsziele:</i>					

Schule		1	2	3	4
Bewegungsfreundliche Räume und Arbeitsplätze	Die Schule ist durch kinder- und jugendgerechte Anlagen als «bewegte Schule» ausgestattet. Die Anlagen sind tagsüber zugänglich. Das Schulgelände ist nach pädagogischen Gesichtspunkten funktional und abwechslungsreich gestaltet.				
Rückzugsmöglichkeiten	Schülerinnen und Schülern stehen Rückzugsmöglichkeiten auf dem Schulgelände/im Schulgebäude zur Verfügung.				

	Ebenso stehen den Lehrpersonen in der Schule geschützte Ruheräume zur Verfügung – Räume, die Stille und Erholung ermöglichen.				
Trinken	In allen Schulräumen ist eine Trinkstation mit Wasser eingerichtet.				
Bewegen	Die Schülerarbeitsplätze sind so angeordnet, dass kurze Sequenzen von grobmotorischer Bewegung durchgeführt werden können.				
	Das Benützen von Treppen innerhalb des Schulareals wird gefördert.				
Bewegungs- und Entspannungsräume	Spezielle Schulräume sind für zusätzliche Bewegung und/oder für Rückzug und Entspannung reserviert und passend eingerichtet.				
	Lernumgebungen sind so gestaltet, dass Bewegungshandeln als Teil nachhaltigen Lernens einbezogen wird.				
	Neben Sitzarbeitsplätzen gibt es Steharbeitsmöglichkeiten.				
Pausenplatz	Die Schülerinnen und Schüler haben während der Pausen jederzeit Zugang zu Spielsportgeräten.				
	Für bewegungsintensive Spiele in den Pausen (z.B. Fußball) ist Platz vorhanden.				
	Alle aufgemalten Hüpfspiele und Ballspielgeräte animieren die Schülerinnen und Schüler zum Bewegen.				
	Bodenzeichnungen als Feldmarkierung und hie und da Schach- oder Mühlespiele locken zum Spielen auf die Plätze.				
	Es ist eine Grundausstattung an Geräten, wie Fußballtore, Kletterstangen usw. vorhanden.				
	Auch abends und in den Ferien sind die Sport- und Pausenplätze für die Öffentlichkeit zugänglich.				
	Auch Lehrerinnen und Lehrer haben Raum und Möglichkeit zu Bewegungspausen.				
Partizipation	Schüler, Schülerinnen und Lehrpersonen partizipieren an der Gestaltung von Pausenplatz und Bewegungsräumen				
Trinken	In allen Schulräumen ist eine Trinkstation mit Wasser eingerichtet.				
Gesund sitzen	Die Arbeitsplätze im Schulzimmer können ergonomisch und entsprechend der Körpergröße der Schülerinnen und Schüler eingestellt werden.				
	Es gibt in allen Schulzimmern alternative Sitzformen.				

Zugängliche Schulanlagen	Die Schule ist durch kinder- und jugendgerechte Anlagen als «bewegte Schule» ausgestattet. Die Anlagen sind tagsüber zugänglich.				
	Die Schule ist mit altersgerecht unterschiedlichen Räumen und Lerngelegenheiten ausgestattet, die zu musikischem und handwerklichem Tun einladen. Diese sind tagsüber zugänglich.				
<i>Qualitätsziele der Schule:</i>					

Rahmenbedingungen des Bildungssystems		1	2	3	4
Grundangebot	Es gibt genügend Turnhallen und Plätze für großräumige, grobmotorische Bewegungen.				
	Die Richtlinien für Schulbau und für die Gestaltung des Schulgeländes orientieren sich an pädagogischen Kriterien. Sie gewährleisten, dass die Schule unterschiedlichen Bedürfnissen und Begabungen durch eine flexible Ausstattung gerecht werden kann.				
	Die Schulen sind so ausgestattet, dass die räumlichen, personellen und materiellen Voraussetzungen zur Gestaltung des kulturellen Lebens gegeben sind.				
Pädagogische Teilautonomie	Die Schulen verfügen über die nötigen Freiheiten, um die Schule als pädagogisch anregungsreichen, vielseitigen Erfahrungs- und Lernraum zu gestalten.				
<i>Qualitätsziele des Bildungssystems:</i>					

Ideen zur Umsetzung

Bei der Raumausstattung die natürlichen Bedürfnisse berücksichtigen
 Lernen geschieht heutzutage immer noch weitgehend im Sitzen. Aufnahme- und Konzentrationsvermögen werden aber durch gelegentliche Bewegungspausen verbessert, und der Körper arbeitet im Allgemeinen, das Gehirn im Speziellen bei genügender Wasserzufuhr besser. Auch Sequenzen der gezielten Entspannung fördern die schulischen Fähigkeiten. Schülerarbeitsplätze und Schulräume sollten folglich diese Verhaltensweisen ermöglichen und fördern. Sie sind luftig und hell und erfüllen Kriterien wie Zugang zu einer Wassertrinkstation, Raum für grobmotorische Bewegungen und eine Ecke für spezielle, ruhige Tätigkeiten (Lesen, Entspannen).
 Um Trinkstationen mit Wasser zu installieren, gibt es verschiedene mobile Stationen. Für einige davon braucht es Trinkbecher, bei anderen wird direkt am Wasserstrahl getrunken. Letztere haben den Vorteil, dass die Schülerinnen und Schüler keinen Becher mit sich herumtragen müssen. Sie eignen

sich vor allem beim Fachlehrersystem mit häufigem Raumwechsel. Ihr Nachteil besteht darin, dass sie an einer Wasserleitung mit Druck angeschlossen werden müssen, sonst steigt der Wasserstrahl nicht hoch genug, um davon zu trinken. Selbstverständlich kann bei einem vorhandenen Lavabo die Trinkstation dort eingerichtet werden. Oftmals reicht ein kleines Gestell, das die Trinkbecher der Schüler und Lehrpersonen aufnimmt. Das ist vermutlich auch ökonomischer und ökologischer, als viele Pappbecher zu verwenden. Für die Nutzung der Trinkstation gelten klare Regeln, die die ordentliche Nutzung unterstützen, den Missbrauch aber einschränken.

Trinkpausen gehören selbstverständlich auch zum Sportunterricht. In jede Turntasche gehört ein Becher, und jede Lektion wird einmal für ein kurzes Trinken unterbrochen. So ist das Trinken ritualisiert und ein kollektives Erlebnis, für das einige Wasserflaschen genügen. Ein Schüler oder eine Schülerin oder der Sportlehrer ist für das Auffüllen der Flaschen vor der Lektion zuständig.

Für quirlige Schüler werden alternative Sitzgelegenheiten wie Bälle, Hocker und Kniestühle bereitgestellt. Auch Steharbeitsplätze sind eine Variante, um das Sitzen zu unterbrechen. Für eine bewegte Schule, die also im Unterricht fortwährend Bewegung integriert (□ **QM 2.5.4**), ist eine Unterteilung des Klassenzimmers sinnvoll. Ein Teil ist für kleinräumige Bewegungen vorbereitet. Es reicht zum Beispiel schon ein farbiger Strich am Boden für eine Balanceübung. So können längere Phasen mit sitzender Tätigkeit gezielt mit einfachen Körperübungen, beispielsweise kleinen Koordinations- oder Gleichgewichtsübungen, aufgelockert werden. Zur Erinnerung dient ein Poster an der Wand oder ein Ständer mit Übungsideen, zum Beispiel auf dem Lehrerpult.

Schulräume für Bewegung und Entspannung

Zur gesundheitsförderlichen Gestaltung des Schulareals gehören ausreichend Turnhallen und Sportplätze für einen vielseitigen Sportunterricht, in dem Motorik, Koordination, Kraft und Ausdauer trainiert werden. Da Bewegung zum natürlichen kindlichen Verhalten gehört, sollte sie auch in anderen (Zeit-)Räumen ermöglicht werden. Sie sollte eine Selbstverständlichkeit bleiben und durch den Eintritt in die Schule nicht eingeschränkt werden. Dies beeinflusst die Lebensqualität positiv, fördert die Voraussetzungen für lebenslanges Bewegen und baut Koordinationsdefizite, Haltungsschwächen, Konzentrationsschwächen und Aggressionen ab.

Um bewegungsfreundliche Räume drinnen und draußen einzurichten, ist eine enge und langfristige Zusammenarbeit mit der Bauverwaltung, den Schulhausabwarten (Hausmeistern) und bei emissionsreichen Installationen auch mit der Nachbarschaft wichtig. Eine bewegte, gesunde Schule bringt für alle Vorteile, man muss diese aber kommunizieren, damit für die notwendigen Investitionen argumentieren und anschließend die Nutzung auch ermöglichen.

Sinnvolle Elemente für drinnen

- Bewegungsräume, die fix installiert, abwechslungsreich und sicher gestaltet sind. Sie enthalten je nach Größe eine Rutschbahn, eine Kletterwand, eine Schaukel, ein Kletterseil oder einen Schwebebalken zum Balancieren. Er-

gänzt werden die großen Geräte mit kleinen Rhythmus- und Gymnastikgeräten wie Jonglierbällen, Balancierstangen und -rollen usw.

- Bewegungsbaustellen sind mobil und können den räumlichen Vorgaben angepasst und bei Bedarf auch in kurzer Zeit abgeräumt werden. Den Schülern stehen Grundelemente wie Balken, Quader und Netze oder je nach Alter ein kleines Trampolin zur Verfügung, die immer wieder neu arrangiert und zu einem neuen Parcours zusammengestellt werden können.
- Eine Spielkiste in einer geräumigen, ruhigen Ecke.

Draußen wird der Pausenplatz zum fantasieanregenden Bewegungsraum

- Spielkisten bereichern jeden einfachen Asphaltplatz: Gleichgewichtsgeräte, Kreide, Seile, Gummibänder, große Würfel, Bälle, Federball- und Tennisschläger, Materialien zum Jonglieren, Stelzen, diverse Rollen zum Treten oder Balancieren usw.
- Mehr Bewegung und mehr Spaß bringt eine Bewegungsbaustelle mit mobilen Elementen.
- Immer geschätzt wird ein fix installiertes Klettergerüst, mit ein paar Mutproben, dem Alter der Schüler und Schülerinnen angepasst. Eine Halfpipe wird von den Rollbrettfahrern und Inlineskaters sehr geschätzt. Fitnessfreaks bevorzugen einen Kraftraum.

Sehr sinnvoll ist die Partizipation der Schülerinnen und Schüler bei der Planung und der Installation von Bewegungsräumen. Sie haben ihre eigenen Ideen und bringen wertvolle Impulse zur Auswahl der Geräte ein. Das eine oder andere Gerät können sie sogar im Werkunterricht selbst herstellen. Externe Kooperationen (□ **QM 1.5.1**) mit der lokalen Schreinerei oder einem Metallbauer vor Ort, mit der Elternschaft oder den lokalen Vereinen können helfen, Kosten zu sparen.

Diese Orte zusätzlicher Bewegung stehen den Schülerinnen und Schülern in den größeren Pausen, in Zwischenstunden und für Bewegungseinheiten (□ **QM 1.3.1**) zur Verfügung. Sie können auch von einer Lehrperson gebucht und für eine außerordentliche, bewegte Klassenstunde genutzt werden. Die Einführung der Schülerschaft erfolgt sorgfältig. Zum Beispiel kann die ganze Klasse beim ersten Mal den Bewegungsraum zusammen mit dem Lehrer benutzen. Später können Schülerinnen und Schüler die Aufsicht übernehmen. Bewegung umfasst auch immer ein kleines Risiko zu verunfallen. Deshalb wird die Nutzung geregelt und in einem sinnvollen Ausmaß auch überwacht. Zudem müssen die Verantwortlichkeiten für das Material und die Konsequenzen bei Sachbeschädigungen geklärt sein, genauso wie das auch zum Beispiel in der Schulbibliothek der Fall ist.

Eine bewegte Schule geht natürlich auch in Projektwochen mit Schwerpunkt Sport und integriert generell Bewegung in Projektwochen. In diesem Bereich gibt es interessante Pilotprojekte zum Beispiel bei Suisse Balance. Sie führt Winter- und Sommersportwochen oder -tage durch, bietet freiwilligen Schulsport oder J+S-Schulsport und informiert über den Zugang zu freiwilligen Sportwochen.

Expertenbeiträge und verwendete Quellen

Beiträge

- Stephanie Baumgartner Perren, stephanie.baumgartner@infood.ch im Auftrag der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE), Effingerstrasse 2, Postfach 8333, CH-3001 Bern, info@sge-ssn.ch; <www.sge-ssn.ch>.

Quellen:

- BASPO, BAG, bfu, SUVA, ISPM Zürich, Netzwerk Gesundheit und Bewegung: Volkswirtschaftlicher Nutzen der Gesundheitseffekte der körperlichen Aktivität: erste Schätzungen für die Schweiz. Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie, Heft 49/2001, S. 84–86.
- Fachartikel auf <www.svss.ch>.
- *Unsere Standards*. Diskussionsvorlage des Arbeitskreises Blick über den Zaun, eines Zusammenschlusses 36 reformpädagogisch engagierter Schulen: Helene Lange Schule Wiesbaden, Bodenseeschule Friedrichshafen, Laborschule Bielefeld, Salem, Hermann Lietz Schule Bieberstein u.a. Hintergrundinformationen in: <www.blickueberdenzaun.de>. Erstveröffentlichung: Annetarie von der Groeben/Ingrid Kaiser/Otto Seydel u.a.: Unsere Standards. In: Neue Sammlung, Juni 2005, S. 253ff.

Literaturhinweise, Links und Supportangebote

- Urs Illi/Uwe Phüse: Bewegung ist Leben; die Bedeutung von Bewegung und Sport im Lebensraum Schule. Kongressbericht. Schorndorf: Karl Hofmann, 1997.
- Renate Lauper: Von Kopf bis Fuß in Bewegung – spielerische Körperarbeit mit Schulkindern. Zürich: pro juventute, 2002.
- Urs Müller/JürgBaumberger: Bewegungspausen – eine Übungssammlung für Schule, Arbeit und Freizeit. Horgen: Baumberger & Müller.
- <www.aktive-kindheit.ch>: Lehrmittel für Bewegung im Kindergarten und Primarschulalter vom Lukas Zahner et al., umgesetzt in «Burzelbaum», Kontakt via Suchfunktion von <www.gesundheitsdienste.bs.ch>.
- <www.bewegteschule.de> zeigt viele Beispiele vom erfolgreichen Umbau einer Schule bis hin zu konkreten Einzelaktivitäten.
- <www.energie-management.ch>: Homepage des Autorenteams von «gesund & bewegt». Arbeitsheft des Projekts Energiemanagement der Sekundarstufe I. Bern: schulverlag blmv, 2004.
- <www.feelyourbody.ch>: zeigt innovative Sitzgelegenheiten.
- <www.feelyourbody.ch>: Projekte, die Bewegung in die Schule zu bringen.
- <www.learnline.de/angebote/schulsport> hält zahlreiche Hintergrundinformationen, Beispiele und Materialien zum Thema «Lernen braucht Bewegung» bereit.
- <www.mobile-sport.ch>: Zeitschrift für (Schul-)Sport, Nummer 1/2005: «Tägliche Bewegung».
- <www.suissebalance.ch>: Voilà bewegt! Ernährung und Bewegung in Kinder- und Jugendlagern.
- <www.svss.ch>: «Mut tut gut». Lehrmittel für Bewegung im Kindergarten von Hansruedi Baumann.
- <home.t-online.de/home/MikeLoerler/sport2.htm>: Viele Ideen für mehr Bewegung in der Schule.

Quelle: Brägger, G. & Posse, N. (2007). *Instrumente für die Qualitätsentwicklung und Evaluation in Schulen (IQES). Wie Schulen durch eine integrierte Gesundheits- und Qualitätsförderung besser werden können.*
Band 2: Vierzig Qualitätsbereiche mit Umsetzungsideen. Bern: h.e.p.