

# Eine bewegungsfreudige Realschule

## Geschwister-Scholl-Schule in Gütersloh

Antje Spannuth

### Kurzporträt der Schule

„An unserer Schule sollen alle gemeinsam leben und erfolgreich arbeiten können!“ Ausgehend von diesem Leitziel unseres Schulprogramms, unter Berücksichtigung der besonderen schulischen Situation als Ganztagsrealschule ist es uns wichtig, bei unseren Schülerinnen und Schülern Fähigkeiten zu entwickeln und zu fördern, die über das Fachliche hinausgehen. Gesundheits- und Bewegungserziehung bilden dabei einen entscheidenden Baustein, bezogen auf das gemeinsame und erfolgreiche Arbeiten. Die grundsätzliche Verankerung von Bewegung im Unterricht und die Rhythmisierung des Schulalltags durch Bewegung haben dazu geführt, dass unsere Schule nun zum dritten Mal die Auszeichnung „Bewegungsfreudige Schule“ erhielt.

Die Geschwister-Scholl-Schule ist eine von drei Realschulen der Stadt Gütersloh. Seit 1990 wird unsere Schule als Ganztagschule geführt. Die Schülerzahl für das Schuljahr 2008/09 beträgt 960, die von 73 Lehrkräften unterrichtet werden. Die Schule liegt in einem Schulzentrum, gemeinsam mit einer Haupt-



Abb. 2: Bewegungspause im Unterricht

schule. Somit sind die Räumlichkeiten begrenzt. Es ist daher viel Kreativität bei der Schaffung zusätzlicher Bewegungsräume im Schulgebäude nötig. Neben der Schule befindet sich ein Sportplatz, eine Mehrzweck-Beachanlage, eine Kunst-rasenanlage, ein Wanderweg an der Dalke und das Freizeitbad „Die Welle“ mit Lehrschwimmbecken. Ferner gehören zur Schule eine Dreifachsporthalle, eine Gymnastikhalle, ein Mehrzweckraum sowie eine

kleine und große Kletterwand, die gemeinsam mit der Hauptschule genutzt werden. In diesem Schuljahr wird auf dem Gelände des Schulgartens ein Koordinations- und Sinnesparcours eingerichtet.

### Konzeptionelle Gedanken

Hinter der Leitidee „Bewegungsfreudige Schule“ steht die



Abb. 1: Geschwister-Scholl-Schule in Gütersloh

Tatsache, dass sich die außerschulische Bewegungswelt und das Bewegungsleben der Kinder und Jugendlichen zum Teil drastisch verändert haben. Zugleich ist die Einsicht in die Zusammenhänge von Bewegung und Gesundheit sowie von Bewegung und Lernen gewachsen. Hier bieten sich als Ganztagschule breite Spielräume, Kindern und Jugendlichen Bewegungserfahrungen zu vermitteln, die diese in ihrer Freizeit nicht mehr erfahren.

Einen wichtigen Schwerpunkt in unserem Konzept stellt der *bewegte Unterricht* dar. Bewegung als Unterrichtsprinzip bedeutet für die Schüler und Lehrer unserer Schule, dass in den Unterrichtsstunden spätestens nach 15 Minuten Bewegungsphasen integriert werden. Dazu gehören der Einsatz der Bewegung als Methode, die themenorientierte Bewegung und die Bewegungspause.

In mehreren kollegiumsinternen Fortbildungen erhielt das gesamte Lehrerkollegium Anregungen und Anleitungen zur Gestaltung von bewegtem Unterricht. Dazu gehören auch kooperative Lernformen, die bereits Bewegungsanteile enthalten, als wichtige Unterrichtsmethode. Darüber hinaus entwickeln die einzelnen Fachgruppen der Schule fachspezifische Bewegungsaufgaben und dokumentieren diese, z.B. Matheolympiade, Laufdiktat, Vier-Ecken-Vokabelrennen. Die Schüler der unteren Klassenstufen erstellen

mit ihren Sportlehrerinnen und Sportlehrern klassenspezifische Übungsformen zur Gestaltung der Bewegungspause. Dabei erarbeiten sie in Kleingruppen eigenständig Bewegungsaufgaben, die sie als „Bewegungsexperten“ mit der gesamten Klasse durchführen können. Diese Übungen werden auf von ihnen individuell gestalteten Lernplakaten festgehalten und im Klassenraum präsentiert. So können alle in der Klasse unterrichtenden Fachkollegen und -kolleginnen auf das Wissen der „Bewegungsexperten“ zurückgreifen oder eigene Übungen zur Bewegung im Unterricht einsetzen.

Einen weiteren Schwerpunkt bildet das *ReLv-Programm* (*Rechtschreiben erforschen, Lesen verstehen*). Im Mittelpunkt stehen dabei die Rhythmisierung von Sprache und die Bewusstmachung von Laut-Buchstaben-Zuordnungen durch Körperbewegungen beim „Schwingen“, das heißt dem Zergliedern von Wörtern in die Silbenbestandteile mit gleichzeitigem Bewegen in Form eines Seitwärtsschrittes und Malen eines Silbenbogens mit der Schreibhand in der Luft. Diese Schwerpunkte (ReLv und Bewegungskonzept) werden den Eltern der Jahrgangsstufe 5 in einer Einführungsveranstaltung vorgestellt.

Die besondere Situation einer Ganztagschule lässt unter dem Aspekt der Vielfalt ein Bewegungsangebot für Schüler als sinnvoll erscheinen, das von ihnen mitgestaltet wird. Die Evaluationen der letzten Jahre haben gezeigt, dass die Nachfrage an *sportlicher Betätigung* in den Pau-

sen immer mehr gestiegen ist. Daher sind Bewegungs-, aber auch Ruheinseln für unsere Schule von besonderer Bedeutung. In den Regenspau- sen können die Sporthallen genutzt werden. Während der Mittagspause gibt es darüber hinaus ein breit gefächertes Angebot an unterschiedlichen Sportmöglichkeiten in der Sporthalle und auf dem Schulgelände, welches von Sporthelferinnen und Sporthelfern betreut wird. Die Ausbildung von Sporthelfern wird an unserer Schule schon seit 14 Jahren durchgeführt, so dass der Einsatz im Bereich des Pausensports schon Tradition hat.

Zum Bewegungskonzept der Geschwister-Scholl-Schule gehört ein *vielfältiges Bewegungsangebot*, das sich in bestimmten Sportprojekten wie im Sportunterricht widerspiegelt, z. B.:

- „Schollympics“ als Beitrag zur olympischen Werteerziehung
- Kooperationen mit Vereinen und Institutionen (z.B. Segelkurs)
- Skifahrten als Teil des Sportunterrichts
- Teilnahme am Gütersloher Citylauf
- „Tag des Wassers“ in Kooperation mit Verantwortlichen des Schwimmbads „Die Welle“
- Schulveranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt (z.B. GSS - Sport-Stars)

## Gesundheitswoche in Hemer

In der heutigen Zeit spielt Gesundheitsförderung in der Schule eine immer wichtigere Rolle. Bereits die jüngsten Schüler müssen im präventiven Sinne über Auswirkungen und Risiken von Fehlernährung, Bewegungsmangel und Stress aufgeklärt und für ein gesundheitsorientiertes selbstständiges Leben sensibilisiert werden. Die Geschwister-Scholl-Schule, die auch mit dem Schulentwicklungspreis „Gute gesunde Schu-



Abb. 3: „Schwingen“ von Silbenbögen



Abb. 4: Gruppenarbeit zum Thema „Gesunde Ernährung“

le“ ausgezeichnet wurde, sucht dabei ständig nach Möglichkeiten, diesen Forderungen gerecht zu werden.

In der Jahrgangsstufe 5 findet seit drei Jahren in den Wintermonaten eine Gesundheitswoche auf Gut Holmecke in Hemer (Sauerland) statt. Dort haben die „Granat-Äpfel“, „Bananen-Bieger“, „Kiwi-Freaks“ und „Blau-Beeren“ ein reichhaltig gefülltes und vielfältiges Tagesprogramm zu absolvieren. Ziel der Intensivwoche ist es, die Schüler und

Schülerinnen nachhaltig für ein bewegtes und gesundes Leben zu begeistern. Das Gesamtprojekt besteht aus einer Vorbereitungs-, Erlebnis- und Nachbereitungsphase.

In Zusammenarbeit mit dem Praevikusteam (Ärzte, Psychologen, Sportwissenschaftler, Heil- und Sozialpädagogen, Erzieher sowie Physiotherapeuten) lernen die Kinder praktisch und selbstentdeckend wichtige Inhalte über ausgewogene Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung in der Gesundheitswoche kennen. Die Grundlagen hierfür werden fächerübergreifend vorher im Unterricht



Abb. 5: Übungen zum Themenbereich „Rückenschule“

erarbeitet. Während des Aufenthalts erhalten alle Schüler einen genauen Stundenplan, der die oben genannten Themenbereiche beinhaltet. Die Klassen werden in zwei Gruppen geteilt (z.B. Bananenbieger 1 und 2), so dass maximal 15 Kinder in einer Gruppe sind. In dieser Gruppengröße lässt es sich hervorragend arbeiten. Beim Thema „Ernährung“ werden z. B. (gesunde) Essgewohnheiten besprochen, der soziale Aspekt des Essens thematisiert und Ernährungsregeln wiederentdeckt bzw. kennengelernt. In der „Rückenschule“ erfahren die Mädchen und Jungen viele Neuigkeiten zum Thema „Richtiges Sitzen“.

Die positiven Erfahrungen aus den letzten Jahren haben das Kollegium der Geschwister-Scholl-Schule und die Mitarbeiter von Praevikus dazu veranlasst, eine CD zu erstellen, auf der Unterrichtsmaterialien und Anregungen zum Thema enthalten sind. Die Intention dabei ist nicht nur eine Hilfe für die Unterrichtsvorbereitung der Lehrkräfte der eigenen Schule, sondern es sollen auch andere Schulen von dem Konzept profitieren können.

### Diagnose und Maßnahmen

An der Geschwister-Scholl-Schule wird seit einigen Jahren in den Eingangsklassen eine umfassende Untersuchung der sportmotorischen Fähigkeiten durchgeführt. Als erstes Testverfahren dient der Münchner Fitness-Test (MFT). Nach der Auswertung der einzelnen Testbögen werden die Daten mit den Beobachtungen der Sportlehrerinnen und Sportlehrer abgeglichen. Die „auffälligen“ Schüler und Schülerinnen werden in speziellen Sportfördergruppen ausgebildet. Schüler mit motorischen Defiziten werden von einer Physiotherapeutin und Sportlehrern in den Mittagspausen oder am Nachmittag individuell betreut. Besondere Bewegungstalente werden ebenfalls speziell gefördert, neben den Sport unterrichtenden Leh-

ern übernehmen hier auch Sport-  
helfer angeleitet Trainerfunktionen.  
Zusätzlich wurde im schuleigenen  
Lehrplan eine besondere Förderung  
der koordinativen Fähigkeiten in der  
Jahrgangsstufe 5 und 6 festgelegt, so  
dass alle Schüler eine koordinative  
Förderung im Sportunterricht erhalten.  
Am Ende der Jahrgangsstufe 6  
werden alle Kinder erneut mit Hilfe  
des MFT getestet. Schüler, die immer  
noch Defizite in der Motorik aufwei-  
sen oder durch ihr Übergewicht auf-  
fallen, werden an die neuen Sport-  
lehrer und Sportlehrerinnen ver-  
wiesen (Lehrerwechsel nach zwei  
Jahren). Diesen Kindern wird emp-  
fohlen, an speziellen Arbeitsgemein-  
schaften (Fitnessgruppen etc.) teil-  
zunehmen, die ebenfalls von Sport-  
kollegen und der Physiotherapeutin  
betreut werden. Neben angeleiteten  
Übungen erhalten die Schüler eine  
Ernährungsberatung und wenn nö-  
tig, die Betreuung durch den Schul-  
sozialarbeiter. Die Erfahrungen der  
letzten Jahre haben gezeigt, dass ge-  
rade für die Jahrgangsstufen 7-10  
eine Zusammenarbeit der einzelnen  
Personen (Lehrer, Physiotherapeu-  
tin, Sozialpädagoge) besonders  
wichtig ist.

## Fazit und Ausblick

Die Evaluation gehört neben vielen  
anderen Bereichen zum Standard-  
programm der Geschwister-Scholl-  
Schule. Neben den Sportprojekten  
werden die einzelnen Maßnahmen  
zur Bewegungsfreudigen Schule  
überprüft. Als Evaluationsmittel wird  
in der Regel ein Fragebogen verwen-  
det. Es finden Befragungen in di-  
versen Gremien statt (z.B. Elternfo-  
rum, Lehrerkonferenzen). Die Daten  
werden von allen an Schule Beteili-  
gten erhoben, so dass ein umfas-  
sendes Meinungsbild bzw. Ergebnis  
dargestellt werden kann. Die Daten  
werden optisch aufbereitet und prä-  
sentiert. Bestimmte Bereiche wer-  
den regelmäßig evaluiert. Dazu ge-  
hören der Eingangstest (MFT) zu  
Beginn der Jahrgangsstufe 5 und am  
Ende der Jahrgangsstufe 6, der Pau-  
sensport, Bewegungspausen im Un-

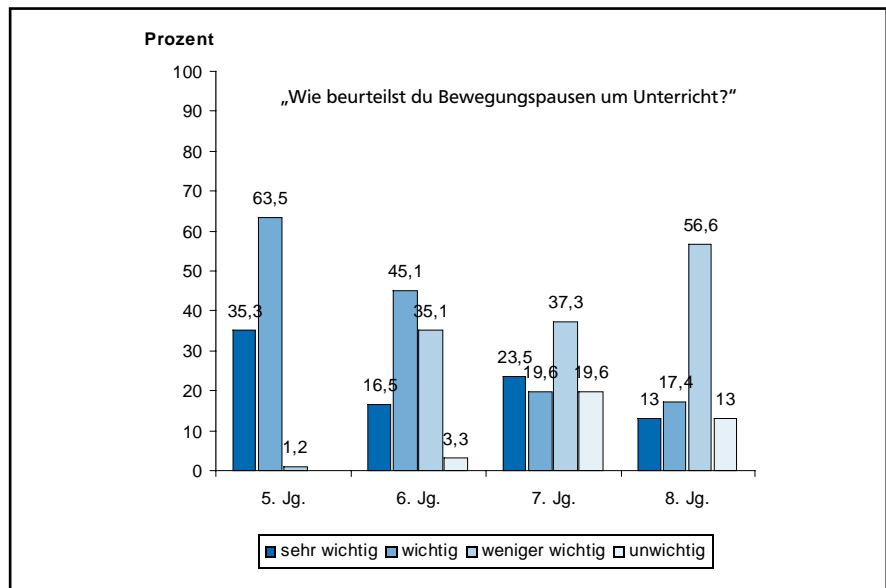


Abb. 6: Beispiel aus der Schülerbefragung 2005

terricht und Erhebungsdaten zum  
sportlichen Profil der Schule. Wei-  
tere Themenbereiche werden immer  
dann evaluiert, wenn sich neue  
Schwerpunkte ergeben bzw. einzel-  
ne Projekte in das Schulprogramm  
aufgenommen werden sollen. In  
diesem Schuljahr soll der Fokus auf  
Bewegungsansprüche der älteren  
Schüler und Schülerinnen gelegt  
werden. Befragungen dazu wurden  
bereits in den letzten Jahren durch-  
geführt, nun sollen die daraus resul-  
tierenden Maßnahmen evaluiert  
werden.

Als Fazit kann festgestellt werden,  
dass sich die Rhythmisierung des  
Schulalltages durch Bewegung posi-  
tiv auf das Schulklima ausgewirkt  
hat. Es gibt weniger Unfälle auf dem  
Schulgelände, die Schüler zeigen  
sich im Unterricht konzentrierter  
und entspannter, die Identifikation  
mit der Schule ist intensiver gewor-  
den. Die zu Beginn der Jahrgang-  
stufe 5 eher schwache koordinative  
Entwicklung der Mädchen und Jun-  
gen konnte am Ende der Jahrgang-  
stufe 6 deutlich verbessert werden.  
Ebenso haben sich die Schülerlei-  
stungen im Fach Deutsch durch das  
ReLv-Programm verbessert. Der An-  
teil Sport treibender Schüler und  
Schülerinnen hat sich erhöht, weil  
die Bedeutung von Bewegung er-  
fahrbar geworden ist. Durch die Ein-  
bindung von Schülern, Lehrern und

Eltern in den Evaluationsprozess  
konnten die Bereiche Pausensport,  
Bewegungshäufigkeit am Schultag,  
Förderung der koordinativen Fähig-  
keiten etc. den entsprechenden  
Gruppen angepasst werden.

Zusammenfassend kann man  
sagen, dass sich die Umgestal-  
tung der Geschwister-Scholl-  
Schule zu einer „bewegungs-  
freudigen Schule“ positiv auf  
den Lernerfolg und das Schul-  
klima ausgewirkt hat. Schüler-  
innen und Schüler, Lehrerinnen  
und Lehrer sowie Eltern und re-  
gionale Partner haben daran  
mitgewirkt und werden weiter  
eng zusammenarbeiten. Die  
Verwandlung in eine Schule mit  
Schwerpunktsetzungen zur Be-  
wegung, Gesundheit und Rhyth-  
misierung des Schulalltages hat  
sich in kleinen Schritten entwi-  
ckelt und stellt heute das Funda-  
ment dar, auf dem sich erfolg-  
reich lernen und gemeinsam ar-  
beiten lässt.

### Anschrift

Antje Spannuth  
Sekundarstufenlehrerin  
(Fächer Sport / Biologie)  
Geschwister-Scholl-Schule Gütersloh  
Am Anger 54, 33332 Gütersloh  
Email: Spannuthh@aol.com  
www.rsgss.schulen-gt.de