



Bewegte Pause

Für die ganzheitliche Entwicklung von Kindern ist regelmäßige Bewegung eine der wichtigsten Voraussetzungen. Neben einem "bewegten Unterricht" bietet sich dafür auch die Gestaltung der Pausen an. Schon in der Grundschule sollen Kinder den natürlichen Rhythmus von Ruhe und Bewegung, von Anspannung und Entspannung kennen lernen.

Ausgehend von der Zielsetzung des Kultusministeriums der letzten Jahre, sollten die Kinder in den Schulen jeden Tag zehn bis fünfzehn Minuten Bewegung, Sport und Spiel haben. Dabei sollte der Lebensraum der Kinder in der Schule aktiv und bewegungsfreundlich gestaltet sein.

Darin bestärkt haben uns die Ergebnisse der Schülerbefragung an der Schule 2014.

Gründe:

- Viele Studien belegen, dass Kindern Bewegungserfahrungen fehlen (siehe www.kultusportal-bw.de) und diese zu einem späteren Zeitpunkt nicht mehr nachzuholen sind.
- Aktive Pausen dienen auch der Gewaltprävention.

Vorgehen:

In der Gesamtlehrerkonferenz und der Schulkonferenz wurde sich zu diesem Thema eingehend beraten. Der Beschluss, die Bewegungszeit täglich um 10 Minuten zu verlängern, ist das Ergebnis.

Um die Bewegungsphasen für die Kinder effektiv zu gestalten, wurde die Pause verlängert.

Ziele:

- Bewegungserfahrungen und Sozialkompetenzen schulen.
- Ein attraktives Spielangebot kompensiert den Bewegungsdrang der Kinder, gleicht Bewegungsdefizite aus und trägt schnell zur Entspannung des Schulklimas bei.
- Bewegte Pausen leben von der Vielfalt. Bewegte Pausen sind dynamisch, immer neu, immer anders.
- Kreativen Kräften freien Lauf lassen.
- Entspannung in den Schulalltag bringen.

Kompetenzen:

Die Schülerinnen und Schüler

- erfahren, was zu einer gesunden Pause gehört und dass sich mit Bewegung leichter lernen lässt
- sammeln vielfältige Bewegungserfahrungen
- gleichen Bewegungsdefizite aus
- verbessern ihre Fitness und schulen ihre Koordinationsfähigkeit
- üben den Umgang mit Regeln und nehmen Rücksicht aufeinander
- nehmen sich gegenseitig an und akzeptieren sich

Umsetzung:

Eine reine Verlängerung der Pause hätte keinerlei gewünschten Effekt gehabt. Daher hat die Schule mehrere Maßnahmen ergriffen:

- Aufstellen eines Pausenhäuschens mit Spielgeräten
 - Kinder leihen Spielgeräte (Ausweissystem)
 - Kinder verleihen Spielgeräte
 - Z.B. Stelzen, verschiedene Bälle, Fahrgerät, Sitzkegel, Pferdegeschirr, Balancierbretter, Jonglierbälle, -tücher, große Bauklötze, Hindernislauf, Wurffangschläger mit Ball, Hula-Hoop, Gummiringe, Gummitwist, Springseile,
...
- Öffnen des hinteren Pausenhofes zum Fußballspielen
- Erweitern der Pausenaufsicht
- Absprachen mit PädAktiv auch für den Nachmittag
- Im Haushalt 15/16 der Stadt ist eine umfassende Sanierung und Erneuerung des Schulhofes geplant
 - Fußballplatz bekommt eine Bande und Tore
 - Moderne Kletter-, Geschicklichkeits- und Spielgeräte werden gebaut

Die Finanzierung ist ein schwieriges Detail. Bisher wurden wir bei Anschaffung und Wartung besonders von unserem Förderverein, aber auch vom Schulträger unterstützt.