



BEWEGUNGSFREUDIGE SCHULE

MIT BEWEGUNG SCHULQUALITÄT ENTWICKELN



Hundeloh | Kottmann | Pack

MEYER
& MEYER
VERLAG



Inhalt

Vorwort der Herausgeber der „Edition Schulsport“	8
1 Einleitung	10
2 Grundlagen	12
2.1 Was ist eine <i>Bewegungsfreudige Schule?</i>	12
2.2 Eine <i>Bewegungsfreudige Schule</i> trägt der Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen Rechnung!	14
2.3 Eine <i>Bewegungsfreudige Schule</i> nimmt den ganzheitlichen Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule ernst!	17
2.4 Eine <i>Bewegungsfreudige Schule</i> fördert die Gesundheit von Schülerinnen und Schülern sowie Lehrkräften!	20
2.5 Eine <i>Bewegungsfreudige Schule</i> leistet wichtige Beiträge zur Qualitätsentwicklung von Schulen!	24
2.5.1 Bewegung und Lernen	24
2.5.2 Bewegung und Kompetenzentwicklung	28
2.5.3 Bewegung und Schulklima	31
2.6 Eine <i>Bewegungsfreudige Schule</i> durchläuft einen kontinuierlichen, langfristigen Prozess der Schulentwicklung!	34
2.7 Eine <i>Bewegungsfreudige Schule</i> orientiert sich am Konzept <i>Gute Gesunde Schule!</i>	42



3 Praxishilfen 53

3.1 In welchen Handlungsfeldern lassen sich Impulse für eine
Bewegungsfreudige Schule setzen? 53

3.2 Welche altersspezifischen Akzentuierungen erfordert eine
Bewegungsfreudige Schule? 57

3.3 Welche Bausteine bieten sich in den einzelnen Handlungsfeldern einer
Bewegungsfreudigen Schule an? 61

3.4 Wie kann eine Schule bewegungsfreudig bleiben? 95

3.5 Wie kann eine bewegungsfreudige Schulentwicklung durch externe
Beratung unterstützt werden? 101

Anhang 103

1 Literaturverzeichnis 103

2 Bildnachweis 107





Vorwort der Herausgeber der „Edition Schulsport“

In der aktuellen Schulentwicklungsforschung besteht weitgehend Einigkeit darüber, dass eine nachhaltige Förderung der Schulqualität nur im Rahmen eines planvollen und systematischen Schulentwicklungsprozesses erfolgen kann. In einigen Bundesländern bildet das konkrete pädagogische Programm einer Schule (Schulprogramm) eine verbindliche, sinnstiftende Basis für die Entwicklungsperspektiven und Qualitätsvorstellungen, auf die sich Schulleitung und Lehrkräfte sowie Schülerinnen, Schüler und Eltern der jeweiligen Schule verständigt haben.

Die jeweiligen Schulprogramme haben auch für den Stellenwert und die Entwicklung von Bewegung, Spiel und Sport in den einzelnen Schulen entscheidende Bedeutung. Aus pädagogischer Sicht wäre es sinnvoll und notwendig, Bewegung, Spiel und Sport stimmig und perspektivenreich in den jeweiligen Schulprogrammen zu verankern. Sportwissenschaftliche Untersuchungen haben allerdings zu dem ernüchternden Ergebnis geführt, dass z. B. in Nordrhein-Westfalen Bewegung, Spiel und Sport zumindest in vielen Schulprogrammen der weiterführenden Schulen der Sekundarstufe I oftmals überhaupt nicht oder zumindest nicht adäquat berücksichtigt werden (vgl. Bd. 9 der „Edition Schulsport“).

Für die Verwirklichung der Zielsetzung, Unterricht und Schulleben bewegungsfreudig zu gestalten, gibt es – abgesehen von vielen guten Beispielen auf allen Schulstufen und in allen Schulformen – zwar eine Fülle von Programmen, Initiativen, Hilfen und Anregungen. Diese bieten jedoch kaum Ansatzpunkte für die Verankerung von Bewegung, Spiel und Sport in Schulprogrammen und in Prozessen der schulischen Qualitätsentwicklung. Die Fortschreibung vorliegender Konzepte und Materialien oder gar neue Initiativen mit dieser Zielsetzung sind Mangelware.

Die in diesem Band vorgestellte Arbeit basiert auf einem Auftrag der Unfallkasse NRW aus dem Jahr 2013, der darauf abzielte, die in Nordrhein-Westfalen entwickelte Handreichung zur bewegungsfreudigen Schulentwicklung (vgl. Kottmann, Küpper & Pack, 2005¹) unter Berücksichtigung vorliegender Erfahrungen in enger Anlehnung an das Konzept *Gute Gesunde Schule* fortzuschreiben. Diese Ausarbeitung wird gegenwärtig für den Einsatz in den Ländern Deutschland, Schweiz und Österreich aufbereitet².

In diesem Werk wird die Idee *Bewegungsfreudige Schule* vom schulischen Bildungs- und Erziehungsauftrag abgeleitet und mit grundlegenden Fragen der allgemeinen Schulentwicklung, insbesondere der Qualitätsentwicklung schulischer Arbeit, verknüpft. Ziel der in wesentlichen

1 Kottmann, L., Küpper, D. & Pack, R.-P. (2005). *Bewegungsfreudige Schule. Schulentwicklung bewegt gestalten – Grundlagen, Anregungen, Hilfen*. Gütersloh: Verlag Bertelsmann Stiftung.

2 Erste Veröffentlichungen im Zusammenhang mit diesem internationalen Projekt sind im Jahr 2015 geplant. Auskünfte über den aktuellen Entwicklungsstand erteilt die Unfallkasse Nordrhein-Westfalen.



Teilen neuen bzw. aktualisierten Ausarbeitung ist es, die Entwicklung von Bewegung, Spiel und Sport und damit zugleich die Schulqualität und die Schulgesundheit auf allen Schulstufen und in allen Schulformen zu fördern. Der besondere Wert dieser Arbeit besteht in der Verbindung zwischen einer grundlegenden pädagogischen Orientierung und der Präsentation praxiserprobter Umsetzungshilfen und Anregungen für die bewegungsfreudige Gestaltung von Unterricht, Schulleben, Schulraum und Schulorganisation. Insofern richtet sich dieses Buch an alle für Unterricht und Schulleben verantwortlichen Institutionen, Organisationen und Personen, einschließlich der Sportorganisationen, die sich vor allem in Ganztagschulen bzw. im Rahmen schulischer Ganztagsangebote in zunehmendem Maße für Bewegung, Spiel und Sport engagieren.

Wir freuen uns sehr darüber, dass wir mit Zustimmung der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen das „Herzstück“ des geplanten internationalen Projekts zur bewegungsfreudigen Schulentwicklung in der „Edition Schulsport“ veröffentlichen dürfen. Mit dieser Veröffentlichung verbinden wir den Wunsch und die Hoffnung, dass dieses Buch dazu beiträgt, der weiteren Umsetzung der Idee *Bewegungsfreudige Schule* neue und vor allem nachhaltige Impulse zu verleihen.

Dr. Heinz Aschebrock

Dr. h. c. Rolf-Peter Pack



1 Einleitung

Bewegte Schule, Bewegungsfreundliche Schule, *Bewegungsfreudige Schule* – es gibt verschiedene Begriffe für dasselbe Grundanliegen: Schulen sollen bewegungsfreundlicher und das Schulleben der Schülerinnen und Schüler soll bewegungsfreudiger werden. In dieser Broschüre wird Schule als „lebendige“ Organisation verstanden und daher der Begriff *Bewegungsfreudige Schule* bevorzugt.

Mit dieser Thematik befasst sich eine große Zahl von Veröffentlichungen, in denen verschiedene konzeptionelle Vorstellungen zur Verwirklichung dieses Anliegens entfaltet werden. Einen guten Überblick über die unterschiedlichen Konzepte bietet die von der Wuppertaler Arbeitsgruppe veröffentlichte Broschüre *Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm und im Schulleben* (Wuppertaler Arbeitsgruppe, 2008). Danach lässt sich der Ursprung dieser Idee bis in die 1980er-Jahre zurückverfolgen (a. a. O., S. 13).

Gleichwohl ist die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* nach wie vor hochaktuell: Gravierende Veränderungen im Leben von Kindern und Jugendlichen (z. B. Zunahme bewegungsarmer Freizeitaktivitäten, Einschränkung von Bewegungsräumen, stärkere Inanspruchnahme durch schulische Ganztagsangebote und Ganztagschulen, verbunden mit einer Verringerung der frei verfügbaren Zeit, Ausbreitung von Bewegungsmangelkrankheiten) verweisen auf die dringende Notwendigkeit, die Lebenswelt – und damit vor allem auch die Schulwelt – der Kinder und Jugendlichen bewegungsfreudiger und insgesamt gesundheitsförderlicher zu gestalten.

Es ist eine erfreuliche Tatsache, dass immer mehr Schulleiterinnen und Schulleiter, Lehrerinnen und Lehrer sowie auch immer mehr Eltern erkennen, dass Bewegung erhebliche Bedeutung für die psychomotorische, kognitive und emotional-soziale Entwicklung der Kinder und Jugendlichen sowie für die Prävention im Kindes- und Jugendalter hat und einen wesentlichen Beitrag zur Verwirklichung des schulischen Erziehungs- und Bildungsauftrags leisten kann. Diese Erkenntnis wird unter anderem durch Ergebnisse der Neurowissenschaften, der Gesundheitsforschung und der Schulentwicklungsforschung gestützt. Am deutlichsten hat sich dieser erfreuliche Erkenntnisprozess bislang im Bereich der Grundschulen ausgewirkt. Zunehmend etabliert sich die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* auch in den Schulen der Sekundarstufe I. In den Schulen der Sekundarstufe II hat sie sich jedoch noch nicht sehr verbreitet.

An vielen Schulen (oftmals auch bei der Schulaufsicht) besteht noch Unklarheit über die Bedeutung von Bewegung und Sport für die Förderung der Unterrichts- und Schulqualität. Es wird häufig nicht zur Kenntnis genommen, dass die Implementation der Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* die Qualitätsentwicklung der Schulen maßgeblich beeinflusst.



Eine nachhaltige Implementation der Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* wird vor allem dann gelingen, wenn sie als Teil eines systematischen Schulentwicklungsprozesses verstanden und umgesetzt wird. Ebenso ist es erforderlich, die Umsetzung der Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* stärker als bisher mit der Ganztagschulentwicklung zu verknüpfen. Durch die Integration von schulischer und außerschulischer Kinder- und Jugendbildung, die Erweiterung des zeitlichen Rahmens für außerunterrichtliche Veranstaltungen und die vielfältigen Vernetzungen in der lokalen Bildungslandschaft könnten bewegungsfreudige Ganztagschulen Beispiel- und Impulsgeber für die bewegungsfreudige Schulentwicklung sowie für die bewegungsfreundliche Gestaltung des Lebensraums von Kindern und Jugendlichen sein.

Vor diesem Hintergrund orientieren sich die in dieser Broschüre beschriebenen konzeptionellen Grundlagen und praktischen Umsetzungshilfen für die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* an Prinzipien der Schulentwicklung, der Prävention im Kindes- und Jugendalter und am Konzept der Ganztagschulen. Gebündelt werden diese Bezüge im Konzept *Gute Gesunde Schule*, das bereits in vielen Ländern etabliert ist. Ziel der Broschüre ist es, allen für die Verwirklichung der Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* Verantwortlichen und daran Interessierten Hilfen und Anregungen für eine bewegungsorientierte Schulentwicklung im Sinne der *Guten Gesunden Schule* an die Hand zu geben.

Die hier nur kurz angedeuteten komplexen Bezüge der Leitidee *Bewegungsfreudige Schule* werden im konzeptionellen Teil dieser Broschüre (2) differenziert dargestellt. Hier sollen insbesondere die für Prozesse der Schulentwicklung verantwortlichen Institutionen, Organisationen und Personen Argumentations- und Legitimationshilfen für eine bewegungsorientierte Schulentwicklung im Sinne *Guter Gesunder Schulen* finden. Der praktische Teil dieser Broschüre (3) richtet sich an alle Akteure, die sich für die bewegungsfreudige Gestaltung von Unterricht und Schulleben einsetzen möchten.

Insgesamt bietet diese Broschüre somit wichtige Grundlagen sowie vielfältige Beispiele und Anregungen für eine zeitgemäße Verwirklichung der Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* auf allen Schulstufen und in allen Schulformen. Gleichwohl ist diese Broschüre kein Rezeptbuch. Jedes in dieser Broschüre zitierte Beispiel und jede hier enthaltene Anregung muss den individuellen Voraussetzungen der jeweiligen Schule angepasst werden!

Wir hoffen und wünschen, dass diese Broschüre mit dazu beiträgt, in möglichst vielen Schulen aller Schulstufen mit Bewegung Schulqualität zu entwickeln.

Dr. h. c. Heinz Hundeloh

Dr. Lutz Kottmann

Dr. h. c. Rolf-Peter Pack



2 Grundlagen

2.1 Was ist eine *Bewegungsfreudige Schule*?

Mit dem Begriff *Bewegungsfreudige Schule* ist eine Fülle von Ideen, Maßnahmen, Initiativen oder Programmen verbunden, die häufig ohne Anbindung an ein übergreifendes (pädagogisches) Konzept, unterschiedlich umfangreich, mehr oder weniger systematisch und strukturiert in Schulen zur Anwendung kommen. Unter Berücksichtigung und in Anbindung an eine Zielsetzung, die auf Qualitätsentwicklung von Schule abhebt, sollte eine *Bewegungsfreudige Schule* jedoch folgenden Kriterien und Ansprüchen gerecht werden:

Eine *Bewegungsfreudige Schule* integriert Bewegung, Spiel und Sport als Grundprinzipien in den Schulalltag. Das bedeutet im Einzelnen, dass

- die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* im Schulprogramm verankert ist;
- Bewegungs- und Entspannungsangebote in möglichst allen Handlungsfeldern von Schule vorhanden sind;
- Bewegung, Spiel und Sport unter dem Aspekt der Qualitätsentwicklung ausgewählt und angeboten werden;
- möglichst alle Kolleginnen und Kollegen sowie die Schulleitung die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* mittragen und unterstützen;
- alle Schülerinnen und Schüler von den Bewegungsangeboten angesprochen werden.

Dabei muss gewährleistet sein, dass jede Schule nach ihren jeweils spezifischen Möglichkeiten und Rahmenbedingungen, nach ihren personellen und materiellen Ressourcen ihr eigenes Profil entwickeln kann; es gibt so viele unterschiedliche Ausprägungen der *Bewegungsfreudigen Schule*, wie es unterschiedliche Schulen gibt.

Das kann zum einen bedeuten, dass Bewegung ein zentrales Element aller Initiativen und Maßnahmen an einer Schule ist; *Bewegungsfreudige Schule* wird als Leitidee im Schulprogramm festgeschrieben. Zum anderen kann Bewegung als ein Instrument für die Verwirklichung anderer Leitideen genutzt werden, die ein Schulprofil bestimmen und nicht auf Bewegung ausgerichtet sind, z. B. im Rahmen der Gewaltprävention und im Übergangsmanagement.





2.2 Eine *Bewegungsfreudige Schule* trägt der Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen Rechnung!

Die leiblichen, materialen und sozialen Erfahrungen, die über Bewegung erworben werden, sind für die Persönlichkeitsentwicklung ebenso hoch einzuschätzen wie für elementare Sozialisationsprozesse. In diesem Sinne können Kinder und Jugendliche spielerisch ihre eigenen Bewegungsmöglichkeiten in ihrer Begrenzung und Erweiterung erfahren; sie erleben über Bewegungsaktivitäten prägnante Körpererfahrungen, sie entdecken immer weitere Bereiche ihrer Umwelt und neue, interessante Bewegungsanlässe, sie verbessern über vielfältige Bewegungsanforderungen ihre Leistungsfähigkeit, sie erwerben schließlich wichtige soziale Kompetenzen beim Aushandeln von Verabredungen und Regeln im Bewegungsspiel.

In Anlehnung u. a. an Zimmer (1993, S. 22-58) lassen sich drei Bereiche nennen, für deren Entwicklung angemessene Bewegungsreize und Bewegungsanlässe von großer Bedeutung sind. Die Auseinandersetzung mit Bewegungssituationen und Bewegungsherausforderungen trägt dazu bei,

- Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen aufzubauen;
- Grundqualifikationen sozialen Handelns zu entwickeln;
- kognitive Fähigkeiten auszubilden.

Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen aufbauen

Empfindungen über das sensorische System führen zur Entwicklung des „Körper-Selbst“ bzw. des Körperkonzepts; dies führt zur Abgrenzung des „Ich“ gegenüber der Umwelt. Der Körper als „einziger konkret erfahrbarer Teil des Selbst (ist) eine zentrale Stütze der eigenen Identität“ (Mrazek & Hartmann, 1987, S. 218; s.a. Conzelmann/Hänsel, 2008). Deshalb spielt er für die Entwicklung eines stabilen und positiven Selbstkonzepts eine bedeutende Rolle. Da der Körper neben der Attraktivität auch Leistungsfähigkeit, Können und Gesundheit, Stärke oder Schwäche repräsentiert, ist die Bedeutung eines positiven Körperkonzepts für ein stabiles und positives Selbstkonzept unmittelbar ersichtlich.

Fragt man nach der Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport im Zusammenhang mit den körperbezogenen Orientierungen von Kindern und Jugendlichen, so lässt sich insgesamt ein positiver Einfluss von Bewegungsaktivitäten auf das Körper- wie auch auf das Selbstkonzept ausmachen: So nehmen sich aktiveren Jugendlichen fitter und leistungsfähiger wahr als weniger aktive, fühlen sich im Umgang mit Gleichaltrigen sozial kompetenter und sind überzeugt, ihr Leben aktiv gestalten und beeinflussen zu können. Der Sport als Feld leistungsthematischer Situationen kann in besonderer Weise zum Aufbau eines positiven Fähigkeits-/Selbstkonzepts beitragen: Leistungen werden im Sport unmittelbar, konkret und als ich-bedeutsam erlebt.



Daneben werden beim Spielen und Sporttreiben viele unterschiedliche Rollen eingenommen, die in Gleichaltrigengruppen spielerisch und ohne Konsequenzen für den Alltag erprobt werden können: Die Erfahrung von Sieg und Niederlage, Stärke und Schwäche, Miteinander und Gegeneinander, Rivalität und Solidarität, Mut und Verzagtheit führt dazu, sich in den entsprechenden Rollen sicher zu fühlen; diese Rollensicherheit kann auf den Alltag übertragen werden. Da sich Jugendliche im Sport auch mit Erwachsenen messen und sich als gleich stark oder sogar überlegen erleben können, hat dies nachhaltigen positiven Einfluss auf die Selbstkonzeptentwicklung (vgl. Kurz & Brinkhoff, 1989, S. 107-109; Kottmann, 2004a, S. 23-26).

Grundqualifikationen sozialen Handelns entwickeln

Besonders im Spiel ergeben sich vielfältige Anlässe, Grundqualifikationen sozialen Verhaltens zu erproben und zu entwickeln: die Einigung über ein Spielthema, die Einbindung Schwächerer in die Gruppe, die Regelung von Konflikten, das Aushandeln, die Aufstellung und Einhaltung von Regeln, die gemeinsame Entwicklung von Spielstrategien sind immer wiederkehrende Aufgaben und Probleme, die sich im Prozess des Spielens bei Kindern und Jugendlichen ergeben (vgl. dazu auch die Hinweise in Kap. 2.5.2 zur Kompetenzentwicklung).

Kognitive Fähigkeiten ausbilden

Im handelnden Umgang mit vielerlei Materialien werden vielfältige konkrete und anschauliche Erfahrungen gemacht, die die Grundlage für spätere abstrakte Operationen bilden. Materiale Erfahrungen sind Voraussetzungen dafür, sich in der Welt zurechtzufinden und sie zu gestalten (vgl. dazu Kap. 2.5.1).

Die Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts sowie hinreichender sozialer und kognitiver Fähigkeiten sind wesentliche Voraussetzungen für motiviertes und erfolgreiches Lernen und Leben in der *Guten Gesunden Schule*. Bewegung, Spiel und Sport tragen in hohem Maße zur Entwicklung eines positiven Selbstkonzepts bei.





2.3 Eine *Bewegungsfreudige Schule* nimmt den ganzheitlichen Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule ernst!

Es gibt sicherlich kaum ein pädagogisches Werk, das nicht Erziehung und Bildung als ganzheitliche Prozesse ansieht und eine harmonische Entwicklung von Geist, Seele und Körper fordert. Pestalozzi hat diesen Zusammenhang so dargestellt:

„Sie sahen, daß in allem, was ihre Kinder vom Morgen bis an den Abend taten, ihr Kopf, ihr Herz und ihre Hand, folglich die drei Grundkräfte, von denen alles Fühlen und Handeln der Menschen ausgeht, gemeinsam und in Übereinstimmung unter sich selbst angesprochen, belebt, beschäftigt und gestärkt werden“ (Buchenau, Spranger & Stettbacher, 1960, S. 64-65).

Beckers hat in verschiedenen Beiträgen darauf hingewiesen, dass Bewegung, Körper und Leib die idealen Ansatzpunkte seien, um Bildungsprozesse in Gang zu bringen. Denn der Ort, an dem und durch den sich Einsicht und Erweiterung der Erfahrung (also Bildung) ereigne, sei der Leib, er bilde die Nahtstelle zwischen Subjekt und Welt. Am eigenen Leib erfahren, setze voraus, den Leib als Empfindungs- und Ausdrucksorgan zu entdecken. Die Ermöglichung leiblicher Erfahrungen sei eine unverzichtbare Basis für die individuelle Lebensgestaltung und damit für Bildungsprozesse. „Hier gewinnt Leiblichkeit, die ‚Erfahrung mit allen Sinnen‘, die Erfahrung der Differenz von Körperhaben und Leibsein, einen unübersehbaren Stellenwert. Unmittelbar erfahrbar wird die Existenz solcher Muster am und durch den Körper, wenn die Wiederherstellung von Sinnlichkeit als sinnliche Erfahrung gelingt“ (Beckers, 2003, S. 119).

Aussagen zur ganzheitlichen Erziehung finden sich in zahlreichen aktuellen politisch-administrativen Verlautbarungen zum Verständnis des schulischen Erziehungs- und Bildungsauftrags. So betonen insbesondere die Schulgesetze der Länder sowie die daraus abgeleiteten administrativen Vorgaben für Unterricht und Schulleben, dass die Schule keine Institution sei, die nur Wissen vermittele. Sie solle vielmehr die Heranwachsenden in ihrer gesamten Persönlichkeit fördern. Zur Schule gehöre daher das außerunterrichtliche Schulleben ebenso wie der Unterricht, Bewegen, Gestalten und Musizieren ebenso wie Lesen, Schreiben und Rechnen. Im Zuge des Ausbaus von Ganztagschulen erhält diese Forderung besonderes Gewicht: Ganztagschulen sind für alle dort Lernenden und Lehrenden nicht nur Lern- bzw. Arbeits-, sondern in gleichem Maße auch Lebensraum. Deshalb gilt es, vor allem in den Ganztagschulen, förderliche Bedingungen für die Verwirklichung des ganzheitlichen Erziehungs- und Bildungsauftrags zu schaffen.

Eine *Bewegungsfreudige Schule* nimmt diese Forderung ernst:

- Sie fördert Schülerinnen und Schüler nicht nur in ihren intellektuellen Möglichkeiten, sondern wird auch ihren leiblichen und emotionalen Bedürfnissen gerecht.
- Sie trägt durch die Integration von Bewegung in den Unterricht dazu bei, dass das Lernen entspannter und zugleich nachhaltiger wird.



- Sie sichert durch vielfältige Bewegungsangebote in Unterricht und Schulleben eine Rhythmisierung des Schulalltags.
- Sie schafft durch ein bewegungsfreundliches Schulklima förderliche Arbeitsbedingungen für Schulleitungen, Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler.

Durch vermehrte Bewegungsgelegenheiten bietet eine *Bewegungsfreudige Schule* den Schülerinnen und Schülern bessere Möglichkeiten zur Entlastung, Entspannung, aktiven Muße und damit oftmals auch bessere Chancen für das Wiederherstellen verloren gegangener Konzentration. Dies gilt im Prinzip für alle Schulstufen, erhält allerdings in den Schulen der Primarstufe ein besonderes Gewicht, weil der kindliche Lebensrhythmus stärker als bei Jugendlichen und Erwachsenen von einem Wechsel der Interessen, Beanspruchungsformen und Aktivitäten geprägt ist. Aber auch älteren Schülerinnen und Schülern eröffnet eine *Bewegungsfreudige Schule* vielfältige Chancen für aktive Erholung und selbstbestimmte Aktivität in den Freiräumen, die Schule bietet. Die Rhythmisierung des Schulalltags durch vielfältige Bewegungsgelegenheiten ist eine zentrale, fächerübergreifende Aufgabe und grundlegende Verpflichtung für das gesamte Kollegium einer jeden Schule. Möglichkeiten zur Rhythmisierung des Schultags bieten sich z. B. durch

- die Gestaltung bewegungsaktiver Pausen;
- die Organisation der Sportstunden als Einzelstunden und ihre gleichmäßige Verteilung über die Woche;
- ein tägliches Angebot von außerunterrichtlichen Bewegungsaktivitäten;
- bedürfnisgerecht platzierte, kurze Bewegungspausen innerhalb des Klassen- bzw. Kursunterrichts;
- gezielte Einbeziehung von Bewegungsmöglichkeiten in das schulische Angebot im Ganztagsbetrieb.

Insgesamt zielt die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* darauf ab, Bewegung in einem überfachlichen Verständnis als integralen Bestandteil des schulischen Erziehungs- und Bildungsauftrags bewusst zu machen und die Rhythmisierung des Lebens, Lernens und Lehrens durch Bewegung als Gesamtanliegen der Schule und als Verpflichtung für alle Institutionen und Personen, die für die Schule Verantwortung tragen, abzusichern.

Die Idee der *Bewegungsfreudigen Schule* schließt den sportfachlichen Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule, der im strukturellen Rahmen des Sportunterrichts und des außerunterrichtlichen Schulsports verwirklicht wird, ein, geht aber z. B. mit dem Prinzip der Rhythmisierung des Lebens, Lernens und Lehrens in der Schule durch Bewegung und der Forderung nach Bewegungs- und Entspannungszeiten im Unterricht aller Fächer und Lernbereiche deutlich über die Ziele des Schulsports hinaus. Ebenso wenig, wie mit einem guten Schulsport allein schon der Anspruch auf eine *Bewegungsfreudige Schule* eingelöst werden kann, kann eine *Bewegungsfreudige Schule* den fachlichen Auftrag des Schulsports ersetzen. Sie darf deshalb keinesfalls zur Kürzung des Erziehungs- und Bildungsfachs „Sport“ führen.



Ein vielfältiges Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot fördert nicht nur die Entwicklung kognitiver, sondern vor allem auch motorischer und emotionaler Kompetenzen. Dadurch sichert die *Bewegungsfreudige Schule* die Ganzheitlichkeit von Lehren und Lernen.

