

# DGUV pluspunkt

[www.dguv-pluspunkt.de](http://www.dguv-pluspunkt.de)



## Bewegte Schule

Lesen macht stark

Schulzirkus

## Zur Sache



Foto: Dominik Buschardt

**ANDREAS BAADER**  
Leiter Online-Kommunikation DGUV,  
Chefredakteur DGUV pluspunkt

Still sitzen in der Schule war gestern. Bewegung fördert das Lernen, darüber besteht inzwischen große Einigkeit unter fast allen Fachleuten. Gerade junge Schülerinnen und Schüler haben noch einen großen Bewegungsdrang, der nicht unterdrückt werden kann und soll. Jugendliche und junge Erwachsene müssen manchmal zu mehr Bewegung motiviert werden, damit ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten in diesem Bereich nicht verkümmern – und damit sie ein gesundes Maß an Bewegung mit in ihr weiteres (Berufs-) Leben nehmen. Immer mehr Schulen setzen sich daher in Bewegung, um Konzepte bewegten Lernens einzuführen und umzusetzen. Diese Entwicklung stärkt und fördert den Lernerfolg, und sie fördert Prävention, geistige und körperliche Gesundheit, sie bringt „das ganze System Schule in Schwung“. Wir widmen der „Bewegten Schule“ deshalb sehr gerne diesen Schwerpunkt in unserer neuen „DGUV pluspunkt“-Ausgabe und stellen Ihnen einige unterschiedliche Konzepte und Umsetzungen vor. Kennen Sie weitere gute Beispiele, vielleicht sogar in Ihrem direkten Umfeld? Schreiben Sie uns an [redaktion.pp@univerversum.de](mailto:redaktion.pp@univerversum.de), wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen!

*Andreas Baader*

## Inhalt 3/2016

### Bewegte Schule

- 3 Das Konzept der Bewegten Schule fördert Sport und Aktivität im Schulalltag:  
**Eins greift ins andere**
- 8 Wie die Bewegte Schule in die Tat umgesetzt wird, demonstriert ein Gymnasium im niedersächsischen Göttingen:  
**Schule in Bewegung**
- 12 Mit videogestützten Übungen sorgt ein Projekt der Deutschen Sporthochschule Köln für aktive Bewegungspausen:  
**Virtuelles Workout im Unterricht**

- 14 **Lesen macht stark**  
Ehrenamtliche Leseförderung in Schulen
- 16 **Über ein Schulzirkus-Projekt**  
Erfahrungen einer Grundschule
- 19 **Meldungen**
- 14 Impressum

Titelfoto: Dominik Buschardt

### Aktuelle Hinweise

- Der vorliegenden Ausgabe ist eine Taschenkarte zum Erkennen von Gehirnerschütterungen beigelegt. Anlass ist die Initiative „Schütz Deinen Kopf!“. Damit klären DGUV, ZNS - Hannelore Kohl Stiftung sowie namhafte Sportverbände über Risiken, Prävention, Erkennung und Behandlung von Gehirnerschütterungen auf. Weitere Infos unter [www.schuetzdeinenkopf.de](http://www.schuetzdeinenkopf.de).
- Die Kultusministerkonferenz hat die Richtlinie zur Sicherheit im Unterricht (RiSU) – in der Fassung vom 26.02.2016 – zum Themenschwerpunkt „Gefahrstoffe“ aktualisiert. Weitere Informationen sind unter [www.kmk.org](http://www.kmk.org) zu finden. In der Ausgabe 4/2016 informieren wir über den konkreten Handlungsbedarf für Schulen.



## Eins greift ins andere

**In einer „Bewegten Schule“ haben Kinder und Jugendliche nicht einfach nur mehr Sport. Hier muss mehr passieren: Eine wirklich Bewegte Schule muss die Köpfe aller Beteiligten bewegen und das ganze System Schule in Schwung bringen.**

Der Ansatz der Bewegten Schule entstand ursprünglich aus der Motivation, der fehlenden körperlichen Betätigung und den langen Sitzzeiten

in der Schule entgegenzuwirken. Doch dieser eher durch Sport motivierte Ansatz greift zu kurz. Im Zuge der Schulqualitätsentwicklung ist deutlich geworden, dass sich neben motorischen Zusatzangeboten auch Unterrichtsinhalte und -methoden, die Schulorganisation und der Lern- und Lebensraum Schule verändern müssen. Mit Blick auf diese geforderten Qualitätskriterien hat das Niedersächsische Kultusministerium das Konzept „Bewegte Schule“ entwickelt, das in allen Schulformen für mehr Bewegung und Gesundheit sorgen soll. Es stellt drei zentrale Handlungsfelder heraus, die eng miteinander verzahnt sind. In diese Handlungsfelder lassen sich alle Aktivitäten einer Schule einordnen. Die folgenden Fragestellungen helfen dabei:



Illustration: Anna-Lena Kühler

- **„Lern- und Lebensraum Schule“:** Wie können Innen- und Außenräume der Schule dazu beitragen, Bewegung und Interaktion zuzulassen, sie zu fordern und zu fördern?
- **„Lehren und Lernen“:** Wie kann Lernen durch bewegende und bewegungsbegleitende Aktivitäten für Schülerinnen, Schüler und ihre Lehrkräfte motivierender und wirkungsvoller gelingen?
- **„Steuern und Organisieren“:** Wie werden eine zielführende Umsetzung der pädagogischen Ideen und deren Nachhaltigkeit erreicht? >

Mit diesem systemischen Modell können Schulen sich ihrer Aktivitäten selbst versichern und ihre weitere Entwicklung auf dem Weg zu einem bewegten und damit gesundheitsfördernden Schulprofil begleiten. Es überzeugt durch einfache Handhabung und durch zeitsparenden Einsatz. Gesundheitsfördernd ist zudem, dass es konsequent von den Stärken der beteiligten Lehrkräfte ausgeht und vorhandene Ressourcen klärt.

### Mehr Bewegung im Lern- und Lebensraum Schule

Besonders Ganztagschulen müssen sich stärker vom Lern- zum Lebensraum entwickeln. Die pädagogische Nutzung von Räumen als „Dritter Pädagoge“ spielt dabei eine große Rolle. Dies umfasst Raumkonzepte, die die Nutzer mit ihren



Bewegungs- und Lebensgewohnheiten in den Mittelpunkt stellen. Dazu gehören ergonomische, stufenlos verstellbare Stühle auf Rollen mit einer beweglichen Sitzfläche und höhenverstellbare Tische und Stehtische. Flure und Eingangshallen machen einen großen Teil des umbauten Raums aus. Sie bleiben oft für Bewegungsangebote ungenutzt. Das lässt sich ändern: Ein gut gestalteter Innenbereich kann dazu beitragen, Bewegung in Regenspauzen zuzulassen und damit die Langeweile und daraus entstehende Konfliktsituationen zu reduzieren. Bewegungsverführungen sorgen für eine hohe Nutzungsfrequenz, wenn es gelingt, sie an den Alltagswegen der Kinder zu positionieren. Das kann ein Tischkicker mit leisen Gummibällen ebenso sein wie ein an der Wand angebrachter Hangelpfad. Aber auch Reboundertrampoline, die nicht vor-



letzungsträchtig sind, oder sogar Slacklines sind denkbar. Bewährt hat sich auch der Einsatz von Bewegungsstationen, in denen Bälle, Jongliergeräte, Einräder, Pedalos, Roller, Gymnastikreifen, Springseile, Kegel, Schwungtücher etc. bereitgehalten werden. Die Schülerinnen und Schüler lernen den Umgang mit den Geräten im Sportunterricht zusammen mit Spielideen. Gehen Sie auf „Nummer sicher“ und beziehen Sie bei der Planung von Bewegungsmöglichkeiten in Innenräumen die zuständige Gemeindeunfallversicherung mit ein.

#### Ein stimulierendes Außengelände

Schulische Freiräume sind Lernräume. Schon wenn das Außengelände leicht hügelig modelliert ist, entstehen viele Bewegungsmöglichkeiten und Stimulanzen für den Gleichgewichtssinn. Gelegenheiten zum Hinunterspringen, Flächen zum Bewegen auf Rollen und bepflanzte, nicht einsehbare Bereiche können dafür sorgen, dass schnell situatives Spiel entsteht. Sofern sich die Kinder und Jugendlichen auf dem Gelände selbstbestimmt erproben können, lernen sie, ihre Möglichkeiten und Grenzen realistisch ein-

zuschätzen und mit Risiko und Wagnis selbstsichernd umzugehen. Sie sind motorisch, kognitiv und sozial gefordert – das beugt Unfällen vor und bildet wie nebenbei soziale Kompetenzen aus. Achten Sie bei der Anschaffung von Geräten darauf, nicht nur traditionelle, sondern auch solche auszuwählen, deren Bewegungszweck nicht eindeutig durch die Gestaltung vorgegeben ist. So sind die Kinder und Jugendlichen gefordert, eigene Spielideen und Lösungen zu entwickeln, wie etwa an einer Kletterstruktur, deren Stämme aus krummen Robinienhölzern ähnlich wie Mikado-Stäbe übereinandergelegt sind und jeder Schritt auf einer „Kletterexpedition“ neu bedacht werden muss. Lassen Sie Klettergerüste aus Sicherheitsgründen durch Firmen bauen. Für Schülerinnen und Schüler höherer Klassen muss es nicht gleich ein zugänglicher Sportplatz sein, der zu Teamspielen wie Fußball oder Volleyball einlädt. Auch ein befestigter Basketballkorb auf dem Schulhof fordert auf, sich in Kleingruppen zum Spiel zusammenzufinden. Denken Sie daran, auch Sitzmöglichkeiten für Zuschauer einzurichten, denn die Aktiven wollen gesehen werden.

#### Und was ist mit der Pausenaufsicht?

Keine Sorge hinsichtlich der Aufsichtsführung auf einem anspruchsvollen Außengelände: Es reicht, wenn die Schülerinnen und Schüler sich beim Spielen beaufsichtigt fühlen. So sollten die Aufsichtspersonen beispielsweise an den Schnittpunkten der Sichtachsen stehen und für alle gut erreichbar sein.



### Bewegungsimpulse im Unterricht

Kompetenzerwerb statt Wissensvermehrung, so lautet ein Grundsatz moderner Pädagogik. Das bedeutet eigenständiges, forschendes Lernen und erprobendes Handeln auf Seiten der Schülerinnen und Schüler. Solches Lernen erfordert Raum für Bewegung. Bewährt haben sich hier „Bildungsinself“, die die Kinder und Jugendlichen während des Unterrichts selbstständig aufsuchen können. Inzwischen gibt es außerdem eine Reihe von bewegungsfördernden Unterrichtsmethoden, die dazu beitragen, die Unterrichtsqualität zu verbessern. Situative Bewegungspausen verbessern das Unterrichtsklima. Sie sind nicht nur in der Primarstufe sinnvoll, sondern auch in weiterführenden Schulen, um Störungen entgegenzuwirken und die Konzentration zu verbessern. Wesentlich ist dabei, dass es im Kollegium gelingt, sich auf Inhalte, Methoden und Rituale zu einigen. Dabei sollte das Lehren und Lernen auf die Förderung der Eigenverantwortung und des selbstständigen Handelns ausgerichtet werden. Lehren und Lernen bekommt somit eine ganzheitliche Perspektive, unter Einbezug der Bewegungsressourcen der Kinder und Jugendlichen. Selbst gesteuertes Lernen gilt deshalb als „Bewegtes Lernen“ im besten Sinne.

Dies setzt allerdings einen klar strukturierten Unterrichtsrahmen voraus. Scheuen Sie sich nicht, Organisations- und Unterrichtsformen zu ritualisieren, verabreden Sie verbindliche Signale für Arbeitsformen, etablieren Sie Formen der Anerkennung und sorgen auch dafür, dass Störungen aufgearbeitet werden können.

### Mehr Bewegung in die Schulorganisation

Eine gute Schule lebt davon, dass alle Pädagogen sich mit dem Schulprofil identifizieren können und auch bereit sind, Verantwortung zu übernehmen. Die Stärken der Lehrkräfte anzusprechen ist dabei ein entscheidender Hebel, um mehr Bewegung in die Schulorganisation zu bringen. Durch geeignete Beteiligungsmodelle für Lehrkräfte, Schülerinnen und Schüler, aber auch Eltern können nicht nur Ressourcen gebündelt und Wertschätzung gelebt werden. Vielmehr schaffen sie auch eine Identifikation mit der Schule,

die entscheidend für den Erfolg des Projekts Bewegte Schule ist. Dies setzt eine kompetente Schulleitung voraus, denn sie muss in der Lage sein, die Ressourcen aller Lehrkräfte aufeinander zu beziehen. Schatzsuche statt Fehlerfahndung ist auch hier die Leitidee.

#### Entscheiden und Steuern

Wenn Sie mehr Bewegung in Ihren Schulalltag bringen wollen, lohnt es sich, mit den Hierarchien zu beginnen. Beispielsweise, indem eine Steuergruppe eingerichtet wird, der ein wichtiger Teil der typischen Schulleitungsaufgaben übertragen wird. Sie arbeitet mit dem Auftrag, alle Aktivitäten rund um das Thema Bewegung zu stützen und sie in das schuleigene Programm zu überführen. Der Ausschuss wird von der Gesamtkonferenz beauftragt, alle wesentlichen Entscheidungen der Schule in den wöchentlichen Kurzsitzungen voranzutreiben und bei Bedarf zu beschließen. Wichtig für die Steuerarbeit ist ein geklärtes Rollenverständnis der Gruppe, die im Gegensatz zu einer Arbeitsgruppe nicht beratende, sondern steuernde Aufgaben zu erledigen hat.

#### Für Ihren Unterricht

Dies ist eine stark gekürzte Version des Beitrags „Auf dem Weg zur Bewegten Schule“. Die Langversion ist nachzulesen unter: [www.dguv-lug.de](http://www.dguv-lug.de), Webcode 1000690.



Foto: privat



**Hermann Städtler**, Projektleiter des MK Projekts: Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen und Vorsitzender des Direktori-ums der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.  
 ✉ redaktion.pp@universum.de

Das Zahnradmodell symbolisiert, wie die einzelnen Handlungsfelder ineinandergreifen, um Schule in Bewegung zu bringen. Wenn es an einer Stelle klemmt, kommt das gesamte Gefüge nicht richtig in Schwung. Zu jedem der Handlungsfelder gibt es zahlreiche denkbare Aktivitäten, Impulse und Ideen. Wichtig ist jedoch, dass jede Schule sich primär der Bereiche annimmt, die zu den jeweiligen Möglichkeiten und Gegebenheiten passen; das Konzept muss authentisch sein und wirklich von allen Akteuren gewollt und unterstützt werden. Hilfreich auf dem Weg zur Bewegten Schule ist in jedem Fall eine **Ist-Analyse**, denn neu erfinden muss sich eine Schule nicht! Bei der Bestandsaufnahme hilft die Konzentration auf die drei Handlungsfelder der Bewegten Schule, in die alle Aktivitäten der Schule eingeordnet werden können. Genauso wichtig ist ein **kontinuierlicher Qualitäts-Check**: Unterziehen Sie arbeitsteilig die geordneten Aktivitäten einer genaueren Betrachtung. Welche Aktivitäten genügen Ihren pädagogischen und fachlichen Erwartungen? Und inwieweit sind die Aktivitäten in der Praxis umsetzbar? Übernehmen Sie die geprüften Aktivitäten in das schuleigene Programm. Sind eine pädagogische Haltung des Kollegiums und eine **Leitidee** in der dokumentierten Arbeit erkennbar? Eine solche kristallisiert sich am ehesten heraus, wenn Sie überlegen, was für Sie an Ihrer Schule besonders bemerkenswert ist. Damit Ihr Projekt für die Zukunft gut aufgestellt ist, sichten Sie abschließend Ihre Aktivitäten und legen Sie gegebenenfalls den **Entwicklungsbedarf** in den Handlungsfeldern für die nächsten vier Jahre fest. Überprüfen Sie dabei, wie es um das Belastungserleben in Ihrem Kollegium steht, denn nur **leistbare Ziele** können umgesetzt werden. So kommt das Räderwerk nachhaltig in Bewegung.

**Für Ihren Unterricht**

Näheres finden Sie auch unter [www.dguv-lug.de/digitaler-lernraum](http://www.dguv-lug.de/digitaler-lernraum). Nach einer Anmeldung im Digitalen Lernraum können Lehrkräfte Erfahrungen und Einschätzungen austauschen und vom Erfahrungsschatz anderer Schulen profitieren.

Schaffen Sie Bewegungsangebote – durch clevere Raumplanung und eine „verführerische“ Ausstattung.



Ob durch die Schaffung von Bildungsinself, bestimmte Rituale oder situative Bewegungspausen: auch der Unterricht kann so gestaltet werden, dass Bewegung aktiv gefördert wird.



Unter Einbeziehung der Stärken und Interessen der einzelnen Lehrkräfte entwickelt eine Steuergruppe ein schuleigenes Programm – bestenfalls eine Leitidee, mit der sich alle identifizieren können.



# Schule in Bewegung

**Wer sich regelmäßig bewegt, fördert nicht nur seinen Körper, sondern auch das Gehirn und lernt besser, zeigen psychologische Studien. Das Beispiel einer Göttinger Gesamtschule zeigt: Es funktioniert! Ein Tag an einer „Bewegten Schule“.**

Im Eingangsbereich der Georg-Christoph-Lichtenberg-Gesamtschule in Göttingen-Geismar herrscht reges Treiben. Kinder laufen kreuz und quer oder fahren mit dem Einrad durch die Halle. Die zehnjährige Merle Welling rennt durch den Eingangsbereich, gefolgt von ihrer Freundin Jule Stobbe. „In der Pause spielen wir hier oft Fangen“, sagt Merle und ist schon wieder außer Sicht. Diese integrierte Gesamtschule (IGS) ist seit ihrer Gründung vor vierzig Jahren eine Bewegte Schule. Konzept und Gebäude wurden so entwickelt, dass die Schülerinnen und Schüler möglichst vielfältig aktiv sein können – in den Pausen und während des Unterrichts. Für Schulleiter Wolfgang Vogelsaenger ist Bewegung ein Kinderrecht: „Kinder nur auf den Kopf und das Denken zu reduzieren, ist unmenschlich“, sagt er.

## Projekt des Kultusministeriums

Ähnlich sieht es das niedersächsische Kultusministerium. Mit dem Projekt „Bewegte Schule“ und Partnern wie den Unfallkassen möchte es mehr Bewegung in die Klassen bringen, um Lernen zu fördern. Nicht nur durch zusätzliche Sportstunden: Vielmehr soll der Unterricht allgemein bewegter und motivierender gestaltet werden. Das Ministerium plädiert zudem dafür, den Kindern mehr Bewegungsanreize zu bieten (z. B. im Außenbereich) und Schulstrukturen beweglicher zu organisieren (z. B. durch flexible Pausen). Mit Hilfe von Aktionstagen und Fortbildungen soll der ganzheitliche Ansatz in den Schulen bekannter werden. Dass Bewegung beim Lernen hilft, zei-

gen auch psychologische Studien: So kam eine niederländische Übersichtsarbeit aus dem Jahr 2012 zu dem Ergebnis, dass körperliche Aktivität die akademische Leistung von Kindern verbessert. Dafür kann es verschiedene Gründe geben: Neurowissenschaftler nehmen an, dass Laufen und Toben die Durchblutung und dadurch die Sauerstoffversorgung des Gehirns fördern, aber auch ganz neue Nervenzellen und -verbindungen entstehen lassen sowie Stress abbauen, der dem Lernen im Weg stehen könnte. Die positive Wirkung von Bewegung bestätigen auch Beobachtungen an der Göttinger IGS. „Unsere Oberstufe gehört zu den besten in Niedersachsen“, sagt der Schulleiter stolz und bezieht sich auf die Ergebnisse im ersten Zentralabitur Niedersachsens.

## Drehstühle für die Wirbelsäule

Während viele Schulen sich mit dem Projekt des Ministeriums auf Neuland begeben, ist Bewegung an der IGS Göttingen längst selbstverständlich. Schon vor vierzig Jahren wusste man hier: Eine Erhöhung der Sportstunden bringt die 1600 Schülerinnen und Schüler nicht auf die Beine. „Eine Schule muss über den Sportunterricht hinaus Bewegungsanreize bieten“, sagt Vogelsaenger. „Das fängt schon beim Mobiliar an.“ Im Raum einer fünften Klasse: Die Schülerinnen Jule und Merle, die eben

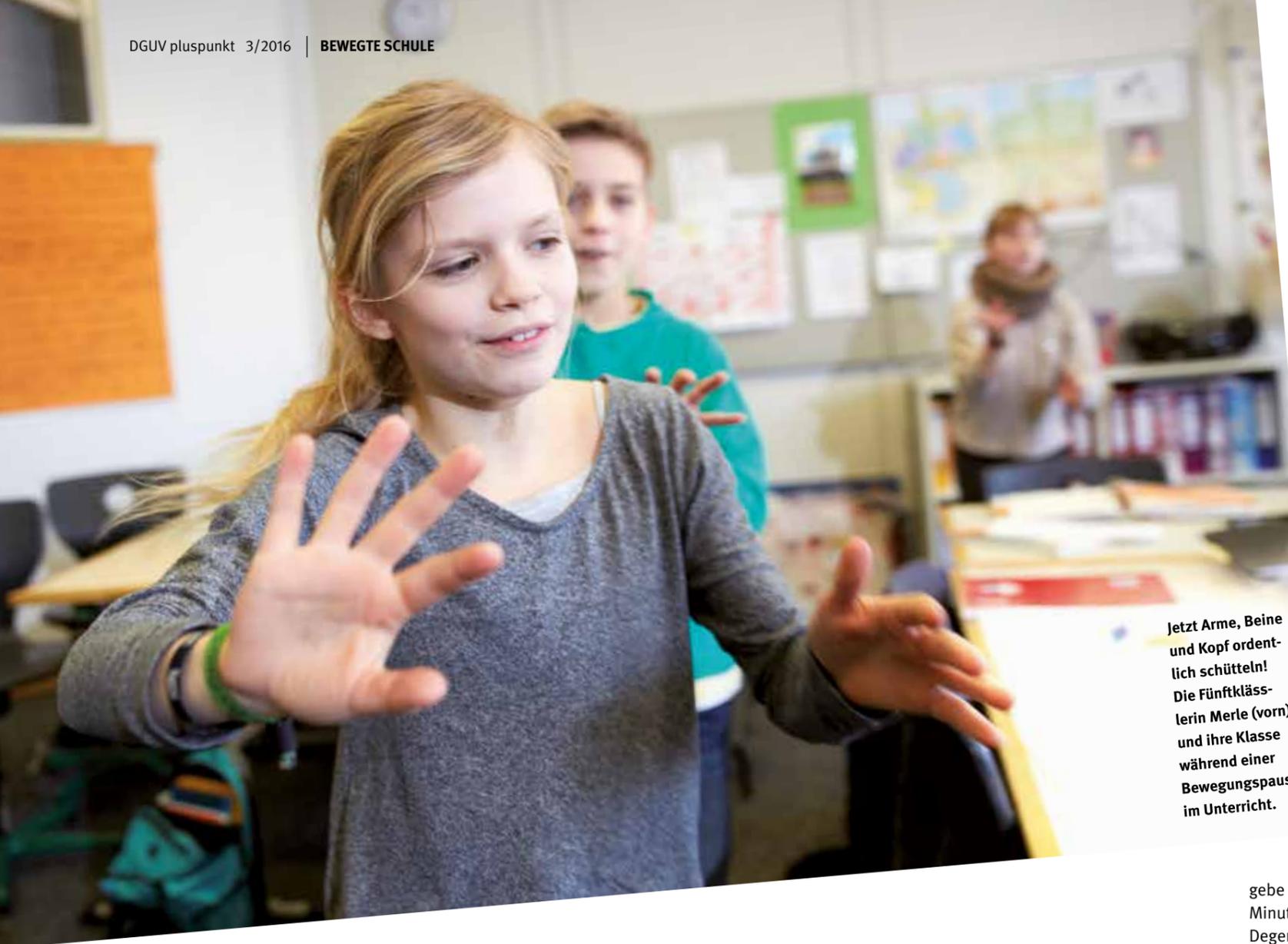
noch durch die Eingangshalle tobten, sitzen auf Drehstühlen an höhenverstellbaren Tischen. Die Sitzflächen der Stühle kippen leicht nach allen Seiten. „Die Kinder dürfen darauf kippeln und schaukeln“, erklärt der Schulleiter. „So halten sie ihre Wirbelsäule auch während der Unter-

richtsstunden in Bewegung, in denen sie klassischerweise sitzen.“ Außerdem können die Möbel optimal mit den Schülerinnen und Schülern wachsen, da die Kinder „ihren“ ergonomischen Stuhl bis zum Ende der zehnten Klasse behalten. Trotz der beweglichen Stühle fällt es den Kindern aber oft schwer, lange zu sitzen – gerade wenn sie noch sehr jung sind. Da helfen Bewegungspausen. „Ihr habt ganz fleißig gearbeitet, jetzt steht mal alle auf“, ruft Franziska Degen, die Lehrerin von Jule und Merle, durch die Klasse. Spielerisch anhand einer kleinen Geschichte bringt sie die Kinder dazu, erst die Arme, dann auch die Beine >



## Ein gelungenes Projekt

Das Konzept „Bewegte Schule“ wird seit 1998 auch vom Land Niedersachsen unterstützt. Das Kultusministerium will die Idee weiter verbreiten und so mehr Bewegung in den Lern- und Lebensraum Schule bringen. Dabei arbeitet es mit Projektpartnern zusammen (z. B. Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover, Landesunfallkasse Niedersachsen) und wurde von der Universität Osnabrück wissenschaftlich beraten. Weitere Informationen unter [www.bewegteschule.de](http://www.bewegteschule.de).



Jetzt Arme, Beine und Kopf ordentlich schütteln! Die Fünftklässlerin Merle (vorn) und ihre Klasse während einer Bewegungspause im Unterricht.

und gleichzeitig den Kopf zu bewegen – das erfordert Koordination und Balance. Die Schülerinnen und Schüler lachen und sind mit Begeisterung

dabei. „Bewegungspausen lockern den Unterricht auf“, sagt die Pädagogin. Und der Schulleiter ergänzt: „Bewegung fördert auch die Auf-

merksamkeit und Konzentration, das Selbstbewusstsein und das Kennenlernen des eigenen Körpers.“ Das merkt schon die zehnjährige Jule: „Wenn ich mich ausgetobt habe, kann ich mich besser konzentrieren“, erzählt sie.

### Die Schule

Gegründet wurde die Georg-Christoph-Lichtenberg-Gesamtschule in Göttingen-Geismar 1975. Von Beginn an legte man hier Wert auf Bewegung – in den Pausen, aber auch im Unterricht. Die 1600 Schülerinnen und Schüler bewegen sich dabei auch in ihren schulischen Leistungen: Nach der 10. Klasse machen die Kinder, die ursprünglich eine Haupt- und Realschulprognose hatten, zu einem hohen Prozentsatz den Erweiterten Abschluss und das Abitur. Unterrichtet werden die Schülerinnen und Schüler von etwa 170 Lehrkräften – darunter auch Förderschullehrerinnen und -lehrer für die sechs Integrationsklassen – und acht Referendarinnen und Referendaren. Mit zum Team gehören außerdem acht Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen.

### Flexible Pausen zum Austoben

Während der Unterrichtsstunden bauen die Lehrkräfte zusätzlich immer wieder Phasen ein, in denen sich die Schülerinnen und Schüler zum eigenständigen Arbeiten im Klassenraum, im Aufenthaltsraum davor oder in der ganzen Schule verteilen dürfen. Das bringt Bewegung in den Tag. Genau wie flexible Unterrichtszeiten: Die Lehrkräfte können ihre Stunden relativ



Schulleiter Wolfgang Vogelsaenger ist überzeugt: Bewegung steigert die Konzentration und das Selbstbewusstsein seiner Schüler.

frei beginnen und enden lassen, denn es klingelt nicht. Stattdessen gibt es Pausen, wenn sie wirklich nötig sind, sofern dem kein Lehrer- oder Raumwechsel im Weg steht. „Nach einer intensiven Arbeitsphase

gebe ich den Kindern auch mal fünf Minuten mehr zum Austoben“, sagt Degen. Ein Konzept, das auch Jules Mutter Susanne Stobbe überzeugt: „In meiner Schulzeit gab es nur Frontalunterricht. In Jules Klasse bewegen sich die Kinder ganz frei an ihren Tischen und um die Tische herum. Das bringt sie als kleine Persönlichkeiten weiter.“

### Individuelle Fähigkeiten testen

Auf ein gesundes Mittagessen in der Mensa folgen 45 Minuten „Mittagsfreizeit“, die die Schülerinnen und Schüler selbst gestalten können. Auch dann steht oft Bewegung auf dem Programm. In einer Spielezentrale können sie sich Geräte ausleihen: Federball- und Tischtennisschläger, Bälle, Skateboards, Go-Carts, Einräder und Verschiedenes mehr. Merle schwärmt: „Als ich neu an der

Schule war, habe ich in jeder Mittagsfreizeit Einrad fahren geübt. Nach nur zwei Wochen konnte ich es.“ Bei schönem Wetter zieht es die Fünftklässlerin und ihre Mitschülerin Jule nach draußen: „Wir gehen dann aufs Klettergerüst oder fahren mit der Seilbahn.“ Die größeren Schülerinnen und Schüler nutzen dagegen vor allem Basketballkörbe, Skateranlage, Beachvolleyball- und Fußballfeld. Auch die Sporthalle ist geöffnet: Unter Aufsicht können die Kinder und Jugendlichen hier an einer großen Kletterwand üben oder sich im Boulderraum austoben. Durch die vielfältigen Bewegungsanreize kann jedes Kind seine individuellen Fähigkeiten testen und den Sport finden, der ihm am besten gefällt. Vogelsaenger betont aber auch: „Kein Kind muss sich bewegen.“ Stattdessen hätten die Schülerinnen und Schüler die Wahl, in der Pause rauszugehen oder in der Klasse zu bleiben, Brettspiele und Tischkicker zu spielen oder die Ruhe in der Schulbibliothek zu genießen. „Doch wenn die Kollegen merken, dass sich eine Klasse weniger bewegt, gehen sie einfach zehn Minuten vor Beginn der Pause mit ihnen nach draußen. Dann bleiben nach der Stunde viele dort und sind aktiv“, so Vogelsaenger.

### Auch Bewegung im Kopf

Nach der Mittagsfreizeit geht es wieder in die Klassenräume. Zum Konzept der Bewegten Schule in Göttingen gehört auch, dass die Kinder ihre Hausaufgaben bereits in der Schule machen. Dann bleibt noch genug Zeit für Bewegung, sobald sie wieder zuhause sind. Hefte und schwere Bücher lassen sie in der Schule. Das schont Ransen und Rücken. Der Schulleiter betont: „Eine Bewegte Schule darf sich nicht nur auf Sport beschränken. Auch geistige Bewegung gehört dazu.“ Feste Vorstellungen überwinden, offen sein für neue Ideen – auch das hält Schule und Kommune in Bewegung. Für ihr Konzept gewann die Göttinger Gesamtschule im Jahr 2010 den Deutschen Präventionspreis und 2011 schließlich den Hauptpreis des Deutschen Schulpreises. Sie gehört seither offiziell zu den besten Schulen des Landes.

- > Über den Zusammenhang von Lernen und Bewegung ist 2012 eine Übersichtsarbeit eines niederländischen Forschungsteams um die Bewegungswissenschaftlerin Amika Singh erschienen. Titel des Artikels „Physical Activity and Performance at School. A Systematic Review of the Literature Including a Methodological Quality Assessment“. Der Text kann online im Journal „Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine“, Ausgabe 166, eingesehen werden (<http://archpedi.jamanetwork.com>).
- > Weiterführende Informationen zur ergonomischen Gestaltung von Klassenzimmern unter [www.dguv.de](http://www.dguv.de), Webcode d641421.



Nele Langosch, Journalistin und Diplom-Psychologin  
redaktion.pp@universum.de

# Virtuelles Workout im Unterricht

Das Projekt „Make Move – Bewegt in die Arbeitswelt“ der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) will Heranwachsende und junge Erwachsene zu Bewegung und Sport motivieren. Dafür wurden Übungen für kleine Aktivpausen im Unterricht auf Video festgehalten. Das Berufskolleg Lindenstraße in Köln wendet sie erfolgreich an. Ein Besuch.

Seine Schülerinnen und Schüler rollen die Augen. Björn Labudda steht vor der Klasse im zweiten Stock des Kölner Berufskollegs. Und die 15 angehenden Immobilienkaufleute vor ihm rollen die Augen gar nicht schlecht. Nach oben, nach unten, nach rechts, nach links. Es ist das erste Mal, dass sie diese Entspannungsübung ausführen. Während von draußen das Brummen eines Rasenmähers ins Klassenzimmer

dringt, wirken die Schülerinnen und Schüler mit den geschlossenen Augenlidern wie abwesend. Bis ein neues Kommando aus einer Lautsprecherbox am Computer kommt. Die Stimme gehört einer jungen Frau in einem Video, das durch einen Beamer an die Wand geworfen wird. So sieht proaktive Entspannung für Zwischendurch im digitalen Zeitalter aus. Die virtuelle Trainerin ist Sportstudentin und

seit knapp zwei Jahren ein „Gesicht“ des Kooperationsprojekts „Make Move“. Knapp 30 verschiedene Übungsvideos gibt es, die allesamt von der Sporthochschule Köln in Zusammenarbeit mit der Kölner Design-Hochschule (KISD) produziert wurden. Sie zeigen aktivierende, entspannungsfördernde, koordinative und haltungsfördernde Aktivpausen. Damit hat Labudda eine



große Auswahl. Pro Unterrichtsstunde kann er ein Video abspielen, manchmal nimmt er zwei. Vor jeder Übung zeigt er ein digitales Plakat, das zusammenfasst, was sie bewirkt. Zu den Aktivpausen sollen die Schülerinnen und Schüler mindestens einmal am Tag animiert werden. Labudda unterrichtet Rechnungswesen, ist aber auch Sportlehrer und beteiligt sich gern an den Übungen. Andere Lehrerinnen und Lehrer überlassen es der Studentin auf der Leinwand, die Übungen präzise vorzuführen. Jede Lehrkraft hat die Wahl. So oder so, in der Regel lassen sich die Schülerinnen und Schüler ermuntern und machen gut mit, wie Labudda sagt: „Jemand, der nicht mitmacht, nimmt fast eine Außenseiterrolle ein.“

schaltet wird. Als die 21-Jährige zur Beinpendel-Übung auch die Augen schließen soll, muss sie kurz mit dem rechten Fuß auf den Boden tippen, findet aber schnell zum Gleichgewicht zurück. Das Video leitet an, was sie beachten soll, damit es klappt. Dass es jedes Mal die Anleitung mitliefere, sei der Vorteil eines solchen Videos, sagt Studiendirektorin Ursula Reinhardt, Verantwortliche für das Gesundheitsmanagement an der Schule. „Die Schülerinnen und Schüler wiederholen die Übungen genau so, wie sie von der Studentin sinnvoll und einfach erklärt werden.“ Reinhardt hält die Fäden für das Konzept „Gesunde Schule“ am Kolleg in der Hand. Seit Jahren entwickelt sie Ideen und Konzepte für die rund 3800 Schüler und um die rund 160 Lehrkräfte einzubeziehen. Gemeinsam mit Labudda und einigen Kolleginnen und Kollegen hat sie das Video-Projekt in den Unterrichtsalldag planerisch integriert. „Auf Veranstaltungen wird viel erklärt und immer wieder gibt es Info-Mails“, sagt sie zum laufenden Prozedere. Alle Videos liegen als Dateien auf dem Computerserver der Schule. Die allen Lehrkräften bekannte Ordnerstruktur ist über die Rechner in den Klassenräumen abrufbar.

## Video gibt Anleitung

In seiner Klasse müssen sich die angehenden Immobilienexperten im Moment mit Heizkostenabrechnungen auseinandersetzen. Zwischen der Berechnung von Kalt- und Warmmieten setzt Labudda die Bewegungspausen sinnvoll ein. Der Lehrer sucht noch etwas Passendes heraus: das Beinpendel. Nun stellen sich alle hinter ihren Stühlen auf und beginnen, die Beine zu schwingen, vor und zurück. Beine schwingen – das ist eine Übung, die Sonja Schwan gut gefällt. Die Schülerin fühlt sich nach Aktivpausen wacher und aufmerksamer. „Die Lehrkräfte merken, wenn wir nur noch über den Sachen hängen“, lobt sie, wenn in Ermüdungsphasen der Beamer ange-

## Ausstieg aus dem Sport abfedern

Es ist dieser Fundus, aus dem Labudda vor seinen Schülerinnen und Schülern schöpft. Als er fragt, wie ihnen die Übungen gefallen haben, heißt es fast

durchweg „Daumen hoch“. Die neue Übung „Augen rollen“ kam bei einigen wenigen noch nicht so gut an. Bei Sarah Eckstein zum Beispiel. Sie bevorzugt bei den Aktivpausen im Unterricht allerdings grundsätzlich die aktivierenden Übungen, denn für Sport hat sie neben der Ausbildung viel weniger Zeit als zu früheren Schulzeiten. So wie Sarah geht es vielen in der Berufsschule. Einer Studie des Deutschen Sportbundes zufolge treibt gut jeder zweite Jugendliche ab 15 Jahren auch aufgrund des Jobeinstiegs plötzlich deutlich weniger Sport. Das Kooperations-Projekt „Make Move“ soll diesen Trend abfedern. Für Sarah funktioniert das. „Die Übungen helfen, ein bisschen in Bewegung zu bleiben“, ist sie überzeugt. Auch für Sonja ist es bereichernd. Sie fühlt sich motiviert, Aktivpausen auch im Alltag einzuplanen. Im Büro sitzt sie zwar mit anderen in einem Raum und will niemanden stören. „Im Internet habe ich mir aber schon eine Übung für den Rücken herausgesucht, die ich auch im Sitzen machen kann.“ Aus Reinhardts Sicht ist dieser Ansatz eine Chance, den Schülerinnen und Schülern die Lust an der Bewegung nachhaltig mit auf den Weg zu geben. Auch für den Joballtag, wenn die Berufsschule lange vorbei ist. „Wenn sie drei Jahre bei uns sind, kann es klappen, dass sie das später anwenden.“

Das Projekt „Make Move – Bewegt in die Arbeitswelt“ ist im Internet unter <http://makemove.sedes-research.de/> dokumentiert. Nach kostenloser Registrierung stehen alle Übungsvideos und Arbeitsblätter zum Download zur Verfügung.



Mandy Ganske-Zapf ist freie Journalistin in Magdeburg und Berlin

redaktion.pp@universum.de

Foto: privat

Anzeige

## Erste Hilfe in Schulen

Jedes Jahr verletzen sich mehr als eine Million Schülerinnen und Schüler. Als Ersthelferin oder Ersthelfer sind Sie ein wichtiger Teil der Rettungskette.

### Rundum sicher mit unserem Medienpaket:



#### Erste Hilfe in Schulen

- Rechtliche Grundlagen
- Hinweise zu konkreten Unfallsituationen auf dem Schulweg, in der Pause, im naturwissenschaftlichen Unterricht ...
- Für Lehrkräfte und Schulleitung

Broschüre 48 Seiten DIN A5  
ISBN: 978-3-89869-418-6

Einzelpreis 3,20 €



#### Erste Hilfe in Schulen

- Alle wichtigen Erste-Hilfe-Maßnahmen auf einen Blick
- Erklärungen zu Knochenbrüchen, Wunden, Atemstörungen ...
- Für Lehrkräfte, Schulleitung und Eltern
- Zum Aufhängen

Registerbroschüre  
Format 11 x 23,7 cm  
ISBN: 978-3-89869-365-3

Einzelpreis 2,85 €

Staffelpreise auf Anfrage

# Lesen macht stark

Lesementoren möchten Kindern Lust aufs Lesen machen – ohne Druck, dafür mit viel Geduld und Verständnis. DGUV pluspunkt hat eine Mentorenschulung in Köln besucht und dabei einiges über das Lesenlernen und Mutmachen erfahren.

Mit dem Finger fährt die Frau mit den lockigen Haaren die Worte auf dem Blatt ab. Die Lippen formen jeden Buchstaben einzeln: S-o-m-m-e-r. Konzentration zeichnet sich auch auf den Gesichtern der übrigen 16 angehenden Lesementorinnen und -mentoren ab, die sich am Samstagmorgen zu einem Vorbereitungsseminar in der Kölner VHS getroffen haben. Dabei ist der Text, den sie lesen sollen, ganz kurz. Nur eine alte Dame lehnt sich entspannt zurück: „Ich habe die Sütterlinschrift noch in der Schule gelernt“, sagt sie lächelnd. Die anderen tun sich schwer mit den unbekanntem verschnörkelten Buchstaben.

„Ich möchte Sie durch das Entschlüsseln der alten Schrift noch einmal in die Situation von Leseanfängerinnen und -anfängern zurückversetzen“, erklärt Barbara Lange-Schneider den Zweck der Übung. Die Gymnasiallehrerin und Erwachsenenbildnerin schult regelmäßig Menschen, die sich als ehrenamtliche Lesementorinnen und -mentoren in Schulen engagieren möchten. Dort treffen sie häufig auf Kinder mit Migrationshintergrund, die zwei-, manchmal sogar dreisprachig aufwachsen. „Diese Mädchen und Jun-

gen bringen Kompetenzen mit, an die wir gerne anknüpfen möchten“, sagt Lange-Schneider.

Und sie wünscht sich auch Mentorinnen und Mentoren, die neben Deutsch noch eine weitere Sprache wie Türkisch, Arabisch oder Russisch beherrschen. Denn das Lesenlernen und die Erweiterung des Wortschatzes gelingen besonders gut, wenn man die Kinder in ihrer Mehrsprachigkeit abholen und unterstützen kann. Deshalb sucht die Initiative Lesementor auch Ehrenamtliche, die mit Kindern und Jugendlichen in Deutsch und der jeweiligen Muttersprache lesen können.

## Keine Nachhilfestunden

Doch zurzeit sind es meist deutschsprachige Frauen, die als Lesementorinnen an Kölner Schulen aktiv sind. „Insgesamt gibt es derzeit circa 620 Mentorinnen und Mentoren“, weiß Angelika Blickhäuser, die als eine von mehreren für die Organisation des Projektes zuständig ist. „Der Bedarf, der uns seitens der Schulen und besonders von den Vorbereitungsklassen für Flüchtlinge gemeldet wird, ist jedoch deutlich höher.“

Blickhäuser bringt die Ehrenamtlichen mit den Schulen zusammen. Bevor es losgeht, werden die Kinder von ihren Schulen ausgewählt. Natürlich müssen sie und ihre Eltern damit einverstanden sein. Einmal in der Woche bekommen sie dann Besuch von „ihren“ Lesementorinnen und -mentoren. Die Lesestunde findet ausschließlich in der Schule, aber außerhalb des regulären Unterrichts statt. Für mindestens ein Jahr verpflichten sich die engagierten Ehrenamtlichen zur Arbeit mit den Kindern.

„Nein, nicht zur Arbeit“, korrigiert Lange-Schneider. „Zumindest nicht im engeren Sinn. Eine Mentorenstunde soll den Kin-

dern Spaß und Lust aufs Lesen machen! Sie knüpft an den Interessen der Mädchen und Jungen an und kann auch schon mal darin bestehen, dass man zusammen, den ‚Kicker‘ oder die ‚Bravo‘ durchblättert.“ Auch Blickhäuser betont, dass die Mentorenstunden keine Hausaufgabenbetreuung oder Nachhilfestunden sind: „Manchmal müssen Sie sich da von den Erwartungen der Lehrerinnen und Lehrer abgrenzen.“

## Lesemöglichkeiten finden und nutzen

Im Seminar geht es mit der Planung einer ersten Mentorenstunde weiter. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten hierzu den kurzen Steckbrief eines Kindes: Cem Özkür ist acht Jahre alt, türkischer Abstammung und besucht die 2. Klasse einer Kölner Grundschule. Seine Eltern besitzen einen Kiosk. Cem interessiert sich für Fußball und Nintendo. Von Deutsch und Hausaufgaben hält er nicht viel.

„Ich würde ihn erstmal fragen, was er gerne macht und ob er auch etwas von mir wissen möchte“, sagt eine Teilnehmerin. „Dann könnten wir gemeinsam in

die Schulbibliothek gehen und er sucht sich dort ein Buch aus.“ Ein Teilnehmer schlägt vor, Fußballsammelkarten mit in die Schule zu nehmen. „Schöne Idee“, lobt Lange-Schneider. „Nutzen Sie alles, was die Kinder interessiert. Lesen Sie gemeinsam eine Spielanleitung und spielen Sie oder gehen Sie auch mal an den Computer, wenn das in Ihrer Schule möglich ist. Es gibt viele Wege, die Kinder zum Lesen zu bringen.“

## Bildung durch Bindung

Schnell wird klar: Die Lesementorenschaft bietet den Kindern eine Einzelbetreuung, die eine Schule nicht leisten kann. „Vertrauen schaffen und Druck rausnehmen“, heißt die Devise. Durch die Bindung, die durch die Lesepartnerschaft entsteht, werden die Kinder ermutigt, sich zu öffnen. „Das macht stark“, so die Erfahrung von Lange-Schneider. „Die Kinder verlieren die Angst davor, Fehler zu machen, fragen, was einzelne Wörter bedeuten, und bekommen mehr Selbstvertrauen, sich auch im Unterricht zu beteiligen.“

Das geschieht natürlich nicht von heute auf morgen. Vielmehr benötigen alle

Beteiligten vor allem eins: Geduld! Doch die zahlt sich aus, da ist sich Lange-Schneider sicher. „Denn zusammen lesen macht Spaß – nicht nur den Kindern, auch den Lesementorinnen und -mentoren!“

› So wie in Köln fördern bundesweit über 10.000 Mentoren die Lese- und Lernlust bei Kindern und Jugendlichen. „MENTOR – Die Leselernhelfer“ freut sich über jeden, der sich als Mentor oder Förderer engagieren möchte. Der Bundesverband vermittelt Ihnen gerne den Kontakt zu dem lokalen MENTOR-Verein in Ihrer Nähe! Infos unter: [info@mentor-bundesverband.de](mailto:info@mentor-bundesverband.de) oder Tel. 0221-16844744 [www.mentor-bundesverband.de](http://www.mentor-bundesverband.de)



**Ricarda Gerber,** Journalistin und Diplom-Pädagogin  
 ✉ [redaktion.pp@universum.de](mailto:redaktion.pp@universum.de)

Illustration: grafikdesign-weber

## Impressum

DGUV pluspunkt erscheint vierteljährlich und wird herausgegeben von der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin  
 Internet: [www.dguv.de](http://www.dguv.de)

**Chefredaktion:**  
 Andreas Baader (verantwortlich)  
 DGUV Sankt Augustin  
 Tel.: (02241) 231-1206

**Redaktion:**  
 René de Ridder (Stv. Chefredakteur)  
 Stefanie Richter  
 E-Mail: [redaktion.pp@universum.de](mailto:redaktion.pp@universum.de)

**Redaktionsbeirat:**  
 Brigitte Gliemann, Michael von Farkas,  
 Daniel Kittel, Bodo Köhlmstedt, Annette  
 Michler-Hanneken, Barbara Busch,

Natalie Mann, Dr. Andrea Mertens,  
 Nil Yurdatap

**Grafische Gestaltung:**  
[www.grafikdesign-weber.de](http://www.grafikdesign-weber.de)

**Herstellung:**  
 Harald Koch, Universum Verlag GmbH

**Marketing und Verkauf:**  
 Susanne Dauber, Universum Verlag GmbH  
 Tel.: (0611) 90 30-121

**Druck:**  
 Sedai Druck GmbH & Co. KG,  
 Böcklerstraße 13, 31789 Hameln

**Produktion und Vertrieb:**  
 Universum Verlag GmbH  
 65175 Wiesbaden, Tel.: (06 11) 90 30-0  
 Fax: (06 11) 90 30-281  
 Internet: [www.universum.de](http://www.universum.de)

Vertretungsberechtigte Geschäftsführer:  
 Siegfried Pabst und Frank-Ivo Lube;  
 die Verlagsanschrift ist zugleich ladungs-  
 fähige Anschrift für die im Impressum  
 genannten Verantwortlichen und Vertre-  
 tungsberechtigten.

**Anzeigen:**  
 Anne Prautsch, Universum Verlag GmbH  
 Tel.: (06 11) 90 30-2 46  
 Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 11;  
**ISSN 2191-1827**

**Bestellungen:**  
 Annemarie Jung, Tel.: (06 11) 90 30-2 64  
 Fax: (0611) 9030-277,  
[vertrieb@universum.de](mailto:vertrieb@universum.de)  
 Nachdruck von Texten, Fotos und Grafiken  
 – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher

Genehmigung des Herausgebers und des  
 Verlags. Das gilt auch für die Aufnahme  
 in elektronische Datenbanken und  
 Mailboxes sowie für die Vervielfältigung  
 auf CD-ROM und die Veröffentlichung im  
 Internet.

Für mit Namen oder Initialen gezeichnete  
 Beiträge wird lediglich die allgemeine  
 presserechtliche Verantwortung  
 übernommen.  
 Zusätzliche Exemplare können über  
 den zuständigen Unfallversicherungs-  
 träger kostenlos angefordert oder beim  
 Universum Verlag zum Jahresabpreis  
 (4 Ausgaben) von 7,80 Euro incl. MwSt.  
 zuzüglich Versandkosten bezogen  
 werden.



# „Es sieht aus wie Zirkus, es riecht nach Zirkus, es ist Zirkus.“

**Schulzirkus? Hört sich toll an, ist es auch. Kinder, Eltern und Lehrpersonal kommen ins Schwärmen, wenn sie von dem Schulprojekt mit dem Circus Rondel berichten. Prädikat: pädagogisch wertvoll, aber mit viel Aufwand verbunden.**

„Ein solches Erlebnis kann ich jeder Schule nur wünschen“, erzählt Barbara Busch und stellt gleichzeitig kritisch fest, dass die Schulleitung mit einem Zirkusprojekt viel Verantwortung übernimmt. Die Leiterin der Albert-Schweitzer-Schule in Langen freut sich auf März 2017, wenn der Circus Rondel an ihre Grundschule kommen wird. „Wir haben uns im Vorfeld zwei Veranstaltungen angesehen, bevor wir uns entschieden haben. Die Eltern, das Kollegium und der Förderverein mussten auch zustimmen.“ Bei den Aufführungen, die jeweils freitags und samstags den Abschluss einer Zirkusschulwoche markieren, werden die Kinder zu Stars in der Manege. Die Darbietungen sehen sehr locker aus, alle wissen, was zu tun ist, es steckt viel professionelle Arbeit dahinter – und sie legen eine überraschend perfekte Show hin. „Es wirkt alles sehr gepflegt, die Musik, die Lightshow und die Kostüme sind wunderschön und es gibt für jedes

Kind ein passendes“, berichtet die Schulleiterin. „Es sieht aus wie Zirkus, es riecht nach Zirkus, es ist Zirkus.“

## Professionelles Ambiente

Ebenso freudig fallen die Rückmeldungen der Eltern aus. „Unsere Tochter war eine der Pferdedompteurinnen. Es hat ihr so viel Spaß gemacht. Wir waren begeistert – die Vorstellung war sagenhaft“, schreibt eine Familie Schumacher. Die Geschwister-Scholl-Schule in Langen hatte den Zirkus bereits bei sich zu Gast. Deren Leiterin Manuela Mück kommt im Rückblick ins Schwärmen. „Die Artisten bringen viel Herzblut ein und haben den Wunsch, die Kinder strahlen zu lassen“, berichtet sie. Für eine Woche tauschten Lehrpersonal, Schülerinnen und Schüler ihre Klassenräume gegen ein gelbgrünes Zirkuszelt – mit Sägespänen am Boden und Trapez unter der Kuppel. Für das professionelle Ambiente sorgte die Zirkus-

familie Ortmann. Vater René und Söhne touren durch ganz Deutschland und schlagen das ganze Jahr hindurch ihr Zelt möglichst nahe der Schule auf, die sie gerade gebucht hat. Besser gesagt: lässt aufschlagen. Denn vom ersten Moment an ist das Zirkusprojekt eine Gemeinschaftsleistung. „Ich habe mich gewundert, was wir alle in der kurzen Zeit auf die Beine bringen“, berichtet Mück. „Schon die gemeinsame Aufbauarbeit am Sonntag mit den Eltern war ein Happening. Als das Zelt stand, haben wir alle gedacht: ‚Es ist vollbracht‘ und waren voller Vorfreude.“

## Kein Minusgeschäft

Diese Begeisterung braucht es, um das aufwändige Projekt durchzuziehen. Denn einen Zirkus zu mieten, kostet, je nach Größe des Zelts, zwischen zehn- und vierzehntausend Euro. Das rechnet sich trotzdem für eine Schule. Denn über den Ver-

kauf von Eintrittskarten, Programmheften und DVD kann das Projekt gut geplant und gegenfinanziert werden; dazu kommen allerdings auch noch Spenden, Gelder des Fördervereins und das kostenlose Engagement aller Beteiligten. „Ich hatte schon Bauchweh wegen der Finanzierung“, gesteht Mück, „aber es war kein Minusgeschäft.“

Dafür braucht es einen professionellen Partner wie die Familie Ortmann. Vor zwanzig Jahren spezialisierte sie sich darauf, mit Schulen sowie kommunalen und privaten Trägern der Jugendarbeit Zirkus-Projektwochen zu verwirklichen. „Als echte, authentische Zirkusfamilie wohnen wir natürlich nicht im Hotel, sondern in unseren modernen Wohnwagen und bringen unsere Tiere mit, sodass von Anfang an eine richtige Zirkusatmosphäre entsteht“, erklärt Betriebsleiter René Ortmann.

## Komplett durchorganisiert

Bis es so weit kommt, verlangt es viel Vorarbeit vonseiten der Schule. Eine Stelle muss gefunden werden, auf der Zelt, Wohnwagen und Gehege für Ponys, Ziegen und Tauben Platz finden. Mit Starkstrom, Wasserversorgung und Müllentsorgung – inklusive dem Mist der Tiere. Erfahrungsgemäß beteiligt sich auch die Stadt oder Kommune an den Unkosten, wenn sich dort jemand für das Projekt begeistern lässt. Brandschutz- und Versicherungsfragen sind mit Feuerwehr und der Unfallkasse zu klären. Zusätzliche Versicherungspolice sind aber nicht erforderlich: Der Zirkus hat eine eigene

Versicherung für Personen- und Sachschäden; die Kinder, Lehrpersonal und ehrenamtliche Helfer stehen unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung (siehe Infokasten I).

„Letztlich wird der ganze Schulalltag auf den Kopf gestellt“, erklärt Busch. Während der gesamten Projektwoche steht das Zelt zur Verfügung. Zum Teil proben die Kinder von Montag bis Freitag dort, andere nutzen die Turnhalle oder Klassenräume. Es ist eine logistische und eine kommunikative Aufgabe für die ganze Schulgemeinde. Kollegium, Eltern und Nachbarschaft müssen informiert und alle relevanten Behörden wie Schulträger, städtische Behörden, Bürgermeister etc. einbezogen werden.

## Mit Zirkusleuten trainieren

Wie reagieren die Eltern? „Die Begeisterung und das Engagement waren groß“,

berichtet Mück. „Nach der Aufführung haben mich aber zwei Eltern angesprochen, weil sie die Trapeznummer ihrer Kinder ohne Netz zu gewagt fanden.“ Klar ist: Wer sich auf den Schulzirkus einlässt, überantwortet die Kinder ein gutes Stück weit den Artisten. Das Vertrauen in deren Erfahrung müsse da sein und auch nach außen getragen werden. Darin sind sich beide Schulleiterinnen einig. Die Aufsichtspflicht – und damit die Verantwortung für die Kinder – liegt bei der Schule, weil es sich nach wie vor um eine Veranstaltung „im organisatorischen Verantwortungsbereich der Schule“ handelt. Für die Zirkusfamilie ist das grundlegend. Sie muss das Vertrauen nicht nur ihrer Kunden, sondern vor allem der Kinder gewinnen. Deshalb bekommt jedes von ihnen eine Rolle, die zu ihm passt. „Die Gruppeneinteilung am ersten Tag erfolgt sehr sensibel“, sagt Busch. Im Lauf der Woche werden aus den Kindern Fakire, >

## Was ist mit dem Versicherungsschutz?



Michael von Farkas, Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB).

„Im Schulalltag – auch bei Projekten – stehen sowohl die Kinder und das gesamte angestellte Personal der Schule als auch ehrenamtliche Helfer unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Das gilt für alle offiziellen schulischen Angebote – somit auch dann, wenn ein Schulprojekt sich mit dem Thema „Zirkus“ befasst. Für beamtete Lehrkräfte besteht der Schutz der Dienstunfallversicherung über den jeweiligen Dienstherrn. Versicherte der gesetzlichen Unfallversicherung erhalten im Fall eines Unfalls bei einer solchen schulischen Veranstaltung die bestmögliche medizinische Versorgung, eine soziale und berufliche Wiedereingliederung und weitere Leistungen.“

Tierdompteure, Akrobaten und Clowns; Programmhefte werden erstellt und die ganze Aufführung wird organisiert. „Die Zirkusleute geben Hilfestellung, wenn es nötig ist, entlocken den anvertrauten Kindern aber vor allem ungeahnte Fähigkeiten.“ Das ist der pädagogische Mehrwert: Die Kinder erleben ein besonderes Gemeinschaftsgefühl und viele einen regelrechten persönlichen Push für ihr Selbstbewusstsein.

### Etwas Großes für die Schulgemeinschaft

Das klingt nach viel Arbeit, ist es auch – zumal über die Vorbereitung der drei Vorstellungen am Freitag und Samstag die Finanzierung nicht aus den Augen verloren werden darf. Das funktioniert, indem das Zelt maximal ausgelastet wird: mit Flohmarkt, Lesung lokaler Autoren, Kinderdisco, Konzerten der Schulmusikgruppen und Helferfest – da hat jede Schule

### Wie finde ich einen geeigneten Schulzirkus?

Es gibt viele Anbieter mit unterschiedlicher Qualität. In jedem Fall ist eine umfangreiche Recherche, vor allem bei Referenzschulen, angezeigt. Der im Beitrag vorgestellte Zirkus ist längerfristig ausgebucht. Anfragen an: Rondel – Circus for kids, Gunzelinstraße 106, 31224 Peine, Telefon: 0163 - 2 43 40 67, E-Mail: [info@circus-for-kids.de](mailto:info@circus-for-kids.de)

andere Ideen. Manche untervermieten das Zelt sogar. „Wir haben die Manege jeden Nachmittag und Abend genutzt“, erzählt Mück. „Das war ziemlich anstrengend“ – und eine organisatorische Meisterleistung. Trotzdem lohnt es sich. „Für die Kinder ist es ein tolles Erlebnis“, resümiert die Grundschulleiterin. „Wenn jeder etwas dazugibt, entsteht etwas Großes für die Schulgemeinschaft. Wann baut man schon einmal ein Zirkuszelt auf und ab?“ Die Begeisterung der allermeisten

Beteiligten in Langen war so groß, dass jemand, der nicht helfen konnte, mitleidig gefragt wurde: „Wie, du warst nicht dabei?“



Foto: privat

**Miriam Becker** ist Freie Journalistin in Wiesbaden  
 ✉ [redaktion.pp@universum.de](mailto:redaktion.pp@universum.de)



Manfred Wirsch, Vorstandsvorsitzender der DGUV, überreichte den Preis an Maria Assenbaum und Marie Zinck von der Egon-Redaktion.

### Schülerzeitung aus Hilpoltstein erhielt den Sonderpreis der DGUV

„Egon“, die Schülerzeitung der staatlichen Realschule Hilpoltstein (Bayern) erhielt in diesem Jahr den Sonderpreis „Sicherheit und Gesundheit an der Schule“. Dieser Sonderpreis der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) ist Teil des jährlich stattfindenden Schülerzeitungswettbewerbs der Bundesländer. Bei der Preisverleihung lobte Manfred Wirsch, Vorstandsvorsitzender der DGUV, die Themenauswahl und -bearbeitung der jungen Redaktion, ganz besonders den Themenschwerpunkt „Fit und gesund“ in der prämierten Ausgabe. Die Jury beeindruckte die thematische Breite des Heftes: Von sportlichen Aktivitäten über Ernährung, die Drogen- und Suchtproblematik, Gesundheits- und Fitnesstipps bis hin zur Magersucht. Auch die optische Präsentation besticht: Das Layout steht professionellen Magazinen in nichts nach. Überreicht wurden alle Preise des diesjährigen Schülerzeitungswettbewerbs in einer Feierstunde im Berliner Bundesrat. Nominiert waren die Gewinner der Landeswettbewerbe in den Bundesländern, zudem konnten sich die Schülerzeitungsredaktionen auch direkt für den Sonderpreis der DGUV bewerben. Neben der mehr-tägigen Einladung nach Berlin erhielten die Gewinner einen Geldpreis für ihre Arbeit. Alle Preisträger des Jahres 2016 sowie Termine und Teilnahmebedingungen unter [www.schuelerzeitung.de](http://www.schuelerzeitung.de).

### Malwettbewerb der Unfallkasse Rheinland-Pfalz

Hier sind gute Ideen und Kreativität gefragt: Die Unfallkasse Rheinland-Pfalz ruft in Zusammenarbeit mit dem Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie und dem Ministerium für Bildung zu einem Mal- und Zeichenwettbewerb auf. Beteiligen können sich Schülerinnen und Schüler der sechsten Klassen allgemeinbildender Schulen in Rheinland-Pfalz. Das Motto des Wettbewerbs lautet „Einfälle gegen Unfälle.“ Bei der Aktion sollen sich Schulkinder mit den Themen Sicherheit im Straßenverkehr und Unfallvermeidung auseinandersetzen. Je ausführlicher die Klasse im Unterricht über das Thema spricht, desto mehr kann sie für Gefahrenquellen sensibilisiert werden. Einsendeschluss ist der 14. Oktober 2016. Weitere Informationen und Teilnahmebedingungen unter [www.ukrlp.de](http://www.ukrlp.de).

### Tipps für Ihren Unterricht

Dieses und weiteres Unterrichtsmaterial finden Sie auf [www.dguv-lug.de](http://www.dguv-lug.de) sowie auf <https://lernraum.dguv.de/>.

Gesundheitsschutz:  
**Hautschutz in Metallberufen**  
 BBS



Bewegte Schule:  
**Bewegungsdetektive**  
 Primar



Digitaler Lernraum:  
**Bewegte Schule:**  
**Move to Learn**  
 BBS



Digitaler Lernraum:  
**Bewegte Schule:**  
**Mehr Energie im Schulalltag**  
 Sek. II



Digitaler Lernraum:  
**Bewegte Schule:**  
**Fit fürs Lernen**  
 Sek. I



Lernen und  
 Gesundheit  
 das Schulportal der DGUV



# Gefahrstoffe in der Schule sicher im Griff mit D-GISS

Gefahrstoffmanagement in der Schule

aktuell · umfassend · praxisbezogen

- ◇ Recherche
- ◇ Bestandsverwaltung
- ◇ Etiketten- und Listendruck
- ◇ Gefährdungsbeurteilungen **NEU**



Infos, Preise und Bestellmöglichkeit

[www.universum.de/dgiss](http://www.universum.de/dgiss)



# Digitaler Lernraum der DGUV

für einen multimedialen und interaktiven Unterricht



Bilder: Dominik Buschardt

Jetzt im **Digitalen Lernraum**: Die neuen Unterrichtseinheiten zum aktuellen Themenschwerpunkt **Bewegte Schule**.

„**Move to Learn**“ für die berufsbildenden Schulen, „**Fit fürs Lernen**“ und „**Mehr Energie im Schulalltag**“ für die Sekundarstufen I und II.

Diese und weitere Unterrichtsmaterialien finden Sie im Digitalen Lernraum – **kostenlos und frei kombinierbar**.

**Bewegungstutoren**

**Kraft tanken mit  
Bewegungspausen**

**Bewegte  
Unterrichtsmethoden**

**Bewegungs-Quiz**

**Bewegte Schule als Konzept**

**Bewegung und  
Konzentrationsförderung**

Erfahren Sie mehr unter: [www.dguv.de/lug](http://www.dguv.de/lug)