

EDUCATION 6.09

Amtliches Schulblatt des Kantons Bern | Feuille officielle scolaire du canton de Berne | Dezember | décembre

Thema | Dossier

10 Schule bewegt | L'école en mouvement

Bewegen – Wahrnehmen – Lernen: ein wichtiger Leitgedanke für den Unterricht.
Bouger et stimuler ses sens – ou les bienfaits de l'activité physique sur l'apprentissage





Schule bewegt

Keine Purzelbäume mehr mit sechs?

Martin Werder

Fotos: Ruben Wyttenbach

Bewegen - Wahrnehmen - Lernen sind in der Entwicklung der Kinder eng miteinander verbunden. Wird das eine vernachlässigt, hat dies weitreichende Auswirkungen. Eine zunehmende Zahl von Kindern und Jugendlichen bewegt sich heute zu wenig, sei es wegen hohen Medienkonsums, überlasteter Eltern oder fehlender Spielplätze. Die Folgen sind motorische Schwächen, Lern- und Verhaltensauffälligkeiten und Übergewicht.

Bewegen – dies tun Kinder doch zur Genüge. Das Problem ist doch vielmehr, dass sie im Unterricht einmal still sitzen und lernen. So könnte man meinen.

Die motorische Unruhe einzelner Schülerinnen und Schüler ist im Unterricht nicht einfach zu handhaben und stellt die Geduld der Lehrperson verschiedentlich auf die Probe. Einige Lehrpersonen können ein Lied davon singen. Warum also den Spiess nicht einmal umdrehen? Es könnte doch hilfreich sein, motorisch unruhigen Schülerinnen und Schülern zusätzliche Bewegung anzubieten.

Wahrnehmungsdrang

Wie lassen sich der stete Bewegungstrieb, das umtriebige Verhalten einzelner Schülerinnen und Schüler einordnen? Tatsache ist, dass Bewegen nicht als ein isolierter Prozess zu verstehen ist, sondern jeder Aktivität ein bestimmtes Ziel zugrunde liegt. Daran gekoppelt ist sehr oft der Wunsch, mehr wahrzunehmen. Wahrnehmen und Bewegen bedingen sich gegenseitig, bilden eine Einheit. Ihre Verbindung ist eine wichtige Grundlage für das Lernen und Verhalten.¹

Das Wissen um diesen Zusammenhang führt zu einem andern Verständnis der auffälligen Unruhe des Schülers oder der Schülerin. Der Bewegungsdrang der Kinder ist daher nicht nur als blosser Aktivität – oder Provokation – zu sehen. Darin zeigt sich ein inneres Verlangen nach Erfahrung, nach Erleben. Je stärker Kinder visuell, auditiv oder durch andere sinnliche Wahrnehmungen angeregt werden, umso stärker entwickeln sie auch besondere Fähigkeiten.² Es ist daher sinnvoll, diesem Antrieb Rechnung zu tragen und ihnen ein stufengerechtes Übungsfeld für Erfahrungen zur Verfügung zu stellen. Kinder und Jugendliche gewinnen dadurch Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit.

Bewegung und Lernen

Bewegung aktiviert zuvorderst das visuelle und auditive Erleben. Augenfällig ist aber, dass sie besonders stark die Sinne Tasten, Gleichgewicht und die Wahrnehmung über das Spiel der Muskeln, Sehnen und Gelenke berührt.

Wie die Mechanismen ablaufen, lässt sich am besten am Beispiel des Tastsinnes illustrieren. Unsere Aussenhülle, die Haut, hat ein ausgesprochen feines Sensorium für Druck und Bewegung und reagiert differenziert auf die Nähe anderer Körper, auf Kälte und Wärme. Jeder Kontakt oder jede Empfindung wird als Signal zurück ans Gehirn gemeldet und unterstützt dessen Tätigkeit. Je stärker ausgeprägt die Wahrnehmung über den Tastsinn ist, desto klarer ist das Körperschema (oder Körperbild) eines Schülers oder einer Schülerin. Mit Körperschema sind die Kenntnis und die Kontrolle über den eigenen Körper sowie die Einschätzung seiner Grösse und Ausdehnung gemeint.³

Hat eine Schülerin, ein Schüler eine klare Vorstellung der eigenen Körpergrenzen, dann wirkt sich dies direkt auf die Orientierung im Raum, auf das zweidimensionale Zeichnen oder auf das Arbeiten mit mathematischen Räumen aus. Das Erleben der eigenen physischen Möglichkeiten trägt demzufolge wesentlich zur Entwicklung eines eigenen Körperbewusstseins bei und führt beispielsweise zu einem natürlichen Umgang mit Körperkontakten.

Elementare Signale empfängt das Kind auch aus dem Gleichgewichtssystem und der Stellung und Spannung der Muskeln, Sehnen und Gelenke. Beide ermöglichen, dass es seine Bewegungsabläufe im Raum planen und kontrollieren kann sowie Verlagerungen wie Drehungen und Beschleunigungen souverän meistert, ohne dabei die Orientierung zu verlieren.

Motorisch zurückgeblieben

Häufig lassen sich Lern- und Verhaltensschwierigkeiten von Schülerinnen und Schülern auf die mangelnde Fähigkeit zurückführen, Sinneswahrnehmungen richtig zu ordnen und zu verarbeiten. Kindern und Jugendlichen, die sich zu wenig bewegen, gelingt das Zusammenspiel von Wahrnehmung – Bewegung – Lernen und Leisten nur ungenügend oder ist erschwert.⁴ Dadurch entsteht ein Defizit an Erfahrungsmöglichkeiten, welches wiederum die motorischen Fähigkeiten des Kindes beeinflusst. Konkret äussert sich dies bei komplexen Tätigkeiten wie dem Schreiben, Lesen, Musizieren, technischen Zeichnen, bei denen eine eingeschränkte Fingergeschicklichkeit oder Mund- und Zungenmotorik besonders deutlich zum Vorschein kommt.

Parallel dazu manifestiert sich die Zurückgebliebenheit in einer wenig entwickelten Grobmotorik, welche die Bewegungskoordination und die Bewegungsgenauigkeit steuert. «Bezeichnend ist», sagt Regula Nyffeler, Leiterin des Bereichs «Bewegte Schule» am Institut für Weiterbildung der PHBern, «dass motorisch schwache Kinder viel öfter ineinanderputschen oder in Stühle hineinstolpern. Einer zunehmenden Anzahl von Kindern gelingt es im Kindergarten und in den ersten Schuljahren nicht, Bälle richtig zu fangen. Wieder andere fallen bei einem Waldspaziergang immer um, weil sie noch nie im Wald waren.» ▶

1 Kiphard, E. J. (1990): Motopädagogik, S. 13.

2 Beigel, D. (2005): Beweg dich, Schule!, S.15.

3 Beigel, D. (2005): Beweg dich, Schule!, S.19 ff.

4 Beigel, D. (2005): Beweg dich, Schule! S. 28 ff.

Ein gesellschaftliches Phänomen

Die Gründe für die motorische Rückständigkeit sind meist im Kontext heutiger Lebensweisen zu suchen: die enge und gefährliche Wohnumgebung, fehlende Spielräume und Spielgefährten, zeitlich überlastete Eltern, welche Bewegung selbst nicht vorleben, Konsumhaltung, zu hoher Medienkonsum.

Eine neuere Studie des Bundesamtes für Sport zeichnet ein bedenkliches Bild des Bewegungsverhaltens und des Gesundheitszustandes unserer Schulkinder: Die Hälfte aller Sechsjährigen kann keinen Purzelbaum mehr schlagen. Viele könnten im Kindergarten nicht mehr auf einem Bein hüpfen. Jedes fünfte Kind klagt über gelegentliche oder chronische Rückenschmerzen. Die Schere zwischen motorisch geschickten und motorisch ungeschickten Kindern öffnete sich immer mehr. 20 Prozent der Schweizer Kinder seien übergewichtig und vier Prozent sogar fettleibig.⁵

Verändert haben sich auch das Ernährungsverhalten und die Ernährungsgewohnheiten der Schülerinnen und Schüler. Weil traditionelle Familienstrukturen immer seltener werden, die soziale Funktion der gemeinsamen Mahlzeit schwindet, wird häufiger zwischendurch und ausser Haus gegessen. Dies geht einher mit einem zunehmenden Konsum von Fertigprodukten und Nahrungsmitteln mit einer geringen Nährstoff- und hohen Energiedichte wie Süssigkeiten, Gebäck, salzigen Snacks, Süssgetränken und Fast-food – sogenanntem «Snacking». In der Wachstumsphase ist es jedoch elementar, dass Heranwachsende den erhöhten Bedarf an Nährstoffen wie Eisen, Calcium, Vitaminen A, D, C, Folsäure und Proteinen decken können. Es sind Basisstoffe, die dem intensiven Wachstum der Knochen in dieser Zeit die notwendigen Materialien für ihre Festigkeit liefern.⁶

Bewegte Schule

Mit dem Bereich «Bewegte Schule» versucht Regula Nyffeler vom Institut für Weiterbildung der PHBern dem mangelhaften motorischen Zustand verschiede-

ner Kinder und Jugendlichen entgegenzuwirken und eine Sensibilisierung der Lehrpersonen für das Thema zu erreichen. Ihre Idee ist, aufzuzeigen, welche Inhalte im Unterricht bewegt vermittelt werden können. Gleichzeitig möchte sie damit eine Vertiefung der Inhalte erreichen und die Lernfähigkeit der Kinder steigern. «Wenn die Kinder beispielsweise den Hänger haben, ist es sinnvoll, Musik abzuspielen und die Kinder in verschiedenen Formen und Variationen, mit und ohne Partner, hüpfen lassen. Die Didaktik beginnt sich damit zu verändern», meint die Bewegungsfrau. Sehr gut eigne sich auch die Mathematik, so könnten die Kinder beim Einer klatschen, beim Zehner hüpfen, bestimmte Zeichen für mal, minus einsetzen.

Lernfördernd und stimulierend

Bewegung – einschliesslich Spiel und Sport – ist ein Grundelement der Persönlichkeitsentwicklung. Wie wir unseren Körper wahrnehmen und einsetzen, hat entscheidenden Einfluss auf das Lernen und das Selbstbewusstsein. Regula Nyffeler empfiehlt daher, gezielt Körperkontakte in den Übungen der «Bewegten Schule» einzusetzen: Sie können von Berührungen wie Anlehnen, Abtasten, über Beweglichkeits-, Geschicklichkeitsübungen bis zum Raufen reichen. Mit «Kuschelpädagogik» hat dies laut Regula Nyffeler jedoch nichts zu tun, vielmehr geht es darum, eigene Wahrnehmungen wie Traurigkeit und Freude, Nähe oder Distanz physisch auszudrücken zu können.

Gleichzeitig wird das Gehirn durch die Spielformen stimuliert und besser durchblutet. Bewegung gibt dem Nervensystem Impulse, die das Gehirn verarbeitet, und weitere Verbindungen zwischen den einzelnen Gehirnzellen werden aufgebaut. Hirntätigkeit und neurologische Verarbeitung liessen sich trainieren, betont die Fachbereichsleiterin.

Essenziell ist daher, die motorischen und kognitiven⁷ Teile des Unterrichts miteinander zu verbinden, um das Lernen zu unterstützen und das Wohlbefinden der Kinder zu stärken.

Steckbrief Regula Nyffeler

Regula Nyffeler ist Fachbereichsverantwortliche für musische Bildung, Bewegung und Sport an der PHBern. Sie ist diplomierte Turn- und Sportlehrerin und hat langjährige Erfahrung als Leiterin von Tanz- und Bewegungsprojekten auf allen Schulstufen. Sie unterrichtet ebenfalls auf der Sekundarstufe II und der Tertiärstufe. Sie ist 48 und wohnt in Bern.

5 Zahmer, L., und Pühse, U., und Stüssi, C., und Dössegger, A. (2004): Aktive Kindheit – gesund durchs Leben. Magglingen 2004.

6 Gesundheitsförderung Schweiz, Grundlagenpapier, Modul IV, S. 3 ff.

7 Kognition bezeichnet die mentalen Prozesse und Strukturen eines Individuums wie Gedanken, Meinungen, Einstellungen, Wünsche, Absichten. Kognitionen können auch als Informationsverarbeitungsprozesse verstanden werden, in denen Neues gelernt und Wissen verarbeitet wird.



Foto: Ruben Wyrtenbach

Synthèse Après six ans, fini les galipettes De nos jours, de plus en plus d'enfants et d'adolescents bougent trop peu, que ce soit en raison de leur grande consommation de médias, parce que leurs parents sont débordés ou encore faute de terrains de jeux en nombre suffisant. Il en résulte des faiblesses motrices, des difficultés d'apprentissage, des troubles comportementaux et du surpoids.

La plupart du temps, les difficultés d'apprentissage et les troubles comportementaux sont imputés à une déficience au niveau de la faculté à ordonner les perceptions sensorielles et à les interpréter. Chez les enfants et les adolescents qui bougent peu, les liens entre perception, mouvement, apprentissage et travail ne sont pas suffisamment étroits ou se créent difficilement. Et comme, de ce fait, ces enfants et adolescents manquent de possibilités d'expérimentation, le développement de leurs facultés motrices s'en trouve encore ralenti. Concrètement, ce ralentissement est

visible au travers d'activités complexes comme l'écriture, la lecture, la musique, le dessin technique à l'occasion desquelles on constate un manque de dextérité ou encore des difficultés d'élocution. Ce retard se manifeste plus généralement au niveau de la motricité globale qui permet la coordination des mouvements et leur précision.

« On remarque que les enfants qui ont une motricité moindre se cognent plus souvent dans les gens ou trébuchent contre les chaises », explique Regula Nyffeler qui dirige le projet « L'école en mouvement » à l'*Institut für Weiterbildung* de la PHBern.

Ce projet permettra de déterminer quels contenus peuvent être enseignés en mouvement. Par exemple, lorsque les enfants ont un « coup de barre », on peut décider de leur passer de la musique et prévoir différents exercices de sauts, avec ou sans partenaires. Preuve que dans la didactique aussi, les choses commencent à bouger.

Schule bewegt

Wachsende Wahrnehmungsstörungen, motorische Unruhe – woher rührt dies?

Interview mit Dorothea Beigel



Foto: zvg

Buchautorin Dorothea Beigel, Jahrgang 1951, Mitarbeiterin und Projektleiterin im Hessischen Kultusministerium, Arbeitsgebiet Schule und Gesundheit, war zehn Jahre zuständig für die neurophysiologische Diagnostik und Förderung von Schülerinnen und Schülern in einem staatlichen Schulamt. Die Sozialpädagogin, Motopädagogin und Lehrerin war vor dieser Zeit 24 Jahre als Klassenlehrerin an Grund- und Sonderschulen tätig. Seit 18 Jahren ist sie Referentin in der Lehrer-, Erzieher- und Therapeutenfortbildung. Ihr Schwerpunkt liegt in der pragmatischen Vermittlung und Durchführung präventiver und fördernder Ansätze vorschulischer und schulischer Möglichkeiten.

Die Sozialpädagogin, Autorin und Lehrerin Dorothea Beigel erläutert im folgenden Gespräch, welche Möglichkeiten in einem besseren Verständnis von Bewegung und Lernen stecken. Bewegter Unterricht unterstützt Freude und Motivation am Lernen, fördert zwischenmenschliche Beziehungen und ein positives Klassenklima.

Welche Defizite orten Sie bei den Lernfähigkeiten von Schülerinnen und Schülern?

Unsere Schülerinnen und Schüler sind heute nicht weniger intelligent als früher. Sie verfügen nicht über weniger Lernfähigkeit oder Lernbegierde. Sie haben aber in der heutigen schnelllebigen und technisierten Zeit immer weniger Möglichkeiten, wichtige Grundlagen zum Lernen zu erwerben.

Die Notwendigkeit, angemessene Voraussetzungen für das Lernen zu unterstützen, wird ebenso vergessen, wie die Freude und die Motivation am Lernen zu stärken. Das durch Erfolg und Eigenaktivität entstehende Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen und Bestreben, mehr zu erfahren, bleibt aus – viele der Schülerinnen und Schüler erleben keine Freude und Selbstbestätigung beim Lernen, Lernen erscheint als «Muss» mit «leeren Inhalten». Durch die immer frühzei-

tigere und vielfältigere technische Ausstattung der Menschen erwartet man vom Schüler oder von der Schülerin möglichst schnell das zweidimensionale, abstrakte Beherrschen schulischer Inhalte. Schülerinnen und Schüler sollen auf dem Papier Sachverhalte verstehen, die sie nie mit allen Sinnen, die sie nie handelnd und nie als Notwendigkeit für ihr eigenes Leben erfahren haben!

Welche Folgen hat das Fehlen wichtiger Lernvoraussetzungen?

Die Auswirkungen im sensorisch-motorischen, im kognitiven und im emotional-sozialen Bereich sind deutlich spürbar. Die Anzahl der Schülerinnen und Schüler mit Wahrnehmungsstörungen, motorischer Unruhe, schlechten Schulabschlüssen, mangelnden zwischenmenschlichen Kontakten und mangelnder Kommunikation wächst.

Die Gesellschaft fragt nur, wann ein Kind Endergebnisse erlangt, wann es laufen, schreiben, rechnen, Fremdsprachen sprechen kann – sieht aber das Reifen in wichtigen Phasen, das Bewegungslernen in Bauch- und Rückenlage, das Krabbeln, das Babbeln von Silben, erste Versuche des Begreifens und Erfassens als unwesentliche und normale Gegebenheiten der Entwicklung an. So erscheinen auch Spielen und Bewegen als Selbstverständlichkeiten und haben keinen besonderen Stellenwert.

Der möglichst hochwertige Schulabschluss soll zügig und erwachsenorientiert erreicht werden. Entwicklungsschritte, die vernachlässigt werden, führen jedoch – und das ist in allen Schulformen zunehmend festzustellen – zu Schwierigkeiten im Lernen und Verhalten. Hier muss Schule die Möglichkeit nutzen, gemeinsam mit den Eltern, dem Kindergarten und allen mit Kindern Befassten umzudenken und umzulenken. Viele Schulen tun dies bereits!

Sie sprechen in Ihrem Buch von einem «motorisch desolaten Zustand der Schülerinnen und Schüler». Worin macht er sich besonders bemerkbar?

Der oft bedenkliche motorische Zustand der Kinder und Jugendlichen zeigt sich u. a. in der Zunahme von Übergewicht, Kreislaufbeschwerden, Haltungs- und Bewegungsschwächen, Rückenschmerzen und in einer steigenden Anzahl von Kinderunfällen. Schüler mit Wahrnehmungsstörungen, mit deutlich nachlassender Konzentrations- und Merkfähigkeit, mit Sprachauffälligkeiten, mit ADS/ADHS, LRS und Dyskalkulie und mit emotional-sozialen Problemen zeigen ebenfalls in hoher Prozentzahl Auffälligkeiten im motorischen Bereich.

Geben Sie ein Beispiel?

Gesunde intelligente Kinder zeigen zunehmend Schwierigkeiten, einfache fein- und grobmotorische Bewegungen auszuführen. So ist es kein Einzelfall mehr, dass ein Grundschulkind Schwierigkeiten hat, einen Lappen auszuwringen. Probleme beim Binden von Schuhen zeigen sich bis in die weiterführenden Schulen. Das Treppengehen mit Nachstellschritt ist in Schulfloren ebenso zu sehen wie die Unfähigkeit, bei Spielen auf einem Bein mehrere Hüpfher hintereinander zu machen. In allen Klassen fin-

den sich Kinder mit Problemen in der Beherrschung der Stifthaltung und Stifführung. Für Lehrer fast schon eine Alltäglichkeit.

Was ist denn nun der Zusammenhang zwischen Bewegung und Lernen?

Bewegung und Wahrnehmung sind die Grundlagen allen Lernens. Erfahrungen, die mit allen Sinnen gemacht werden, verankern sich deutlich und nachhaltig im Gedächtnis. Der dadurch oft unbewusste Erwerb von Wissen und Fähigkeiten durchzieht das ganze menschliche Leben. Bewegung unterstützt die Fähigkeit zu Aufmerksamkeit und Konzentration. Sie verbessert das individuelle Wohlbefinden und steigert die Lernmotivation. Bewegung fördert die Hirndurchblutung, aktiviert das Gehirn, unterstützt die Zunahme von Synapsen (Schaltstellen im Gehirn) und vermehrt die Zufuhr von Sauerstoff. Bewegung ist ein wirkungsvolles, kostenloses und nebenwirkungsfreies Mittel, das überall zur Verfügung steht.

Wie kann ein «bewegter Unterricht» aussehen – angesichts der Stofffülle, die in den Grund- und weiterführenden Schulen durchgenommen werden muss?

Der «bewegte Unterricht», in dem Bewegung etwas Selbstverständliches ist, findet in verschiedenen Fächern regelmässig und täglich statt. Bewegung ersetzt dabei keine Lerninhalte, sondern ergänzt und intensiviert das Lernangebot der einzelnen Unterrichtsfächer. Alters- und situationsangemessen bewegen sich Lehrer und Schüler gemeinsam, meist ohne zusätzliche Materialien, im Klassenzimmer. Dabei verlassen die Schüler nicht unbedingt ihre Plätze. Meist sind die Angebote kurz und einfach. Der «bewegte» Unterricht benötigt Regeln und Strukturen, unterstützt

Freude und Motivation am Lernen, fördert zwischenmenschliche Beziehungen und ein positives Klassenklima.

In Ihrem Buch geht es auch um die Mitarbeit der Eltern. Was können und sollen denn die Eltern in ihrer Erziehung verändern, damit ihre Kinder leichter und besser lernen?

Faktoren, die das Lernen unterstützen, sind u. a. regelmässiges Trinken (keine zuckerhaltigen Getränke), genügend Schlaf, eine ausgewogene und vitaminreiche Ernährung, feste Essgewohnheiten und angemessene Zeit zum Spielen. Nachvollziehbares Lob, Interesse am Lernen des Kindes und eine angenehme Lernatmosphäre unterstützen die Freude am und die Motivation des Kindes zum Lernen. Körperkontakt vermittelt Geborgenheit und Sicherheit und wirkt sich positiv auf das Selbstwertgefühl und die Stressreduktion des Kindes aus. Ein guter Eltern-Kind-Dialog, der geprägt ist von Zeit zum Zuhören, Diskutieren und Besprechen, vermittelt wertvolle Erfahrungen, um die eigene Identität zu finden. Singen unterstützt die Lebensfreude, bringt physiologische Prozesse in Gang, die Angst vermindern, und dient ebenso der Entspannung wie Lern- und Ruhepausen.

Zweitabdruck, PHBern, Institut für Weiterbildung, Projekt «Bewegte Schule», Interview mit Dorothea Beigel. In: <http://campus.phbern.ch/weiterbildung/schulische-netzwerke/bewegte-schule> (10.10.2009).

Literaturhinweise:

- Beigel, Dorothea (2005): «Beweg dich, Schule!», Eine Prise Bewegung im täglichen Unterricht der Klassen 1-10. Borgmann Verlag, Dortmund.
- Beigel, Dorothea (2009): Bildung kommt ins Gleichgewicht – Ein Gleichgewichtsprogramm zur Lernförderung. Borgmann Verlag, Dortmund.



Schule bewegt

Ein Krokodil zum Zvieri

Anja Vatter, PHBern

Der Kindergarten am Bach in Wichtrach ist einer der Kindergärten, die sich der Initiative «Purzelbaum» angeschlossen haben. Das von der PHBern begleitete Projekt unterstützt Lehrpersonen in Kindergärten bei der Einführung von mehr Bewegungsangeboten und gesünderer Ernährung.

Anja wird vom Trampolin auf die Matte gespickt, lacht und ruft: «Jetzt darf Remo sechsmal!» Dieser rennt los, über eine Schanze aus Matten, hüpf über das Trampolin, landet sanft und rennt zurück zum Ausgangspunkt. Anja kann jedoch nicht warten, bis Remo sechsmal gehüpft ist und sprintet selbst los.

Brigitte Ischer interveniert ruhig, aber bestimmt und mahnt Anja, dass sie ihre eigenen Regeln befolgen muss. Die Kindergartenlehrperson und Co-Projektleiterin von «Purzelbaum», dem kantonbernischen Projekt für mehr Bewegung im Kindergarten, unterstützt die Kinder dabei, sich mehr und gezielter zu bewegen. Während Anja und Remo eins ums andere Mal über die improvisierte Bewegungsbaustelle laufen, ihre Wangen erhitzter, ihr Lachen lauter wird, gibt sie ab und zu Tipps. «Probier mal, mit beiden Füßen gleichzeitig auf dem Trampolin zu landen!» Die blonde Anja versucht und freut sich, wenn es klappt. In einer offenen Sequenz können die Kinder mit dem Mobiliar und Material aus dem Kindergarten selbst Bewegungsspiele wählen und eigene Spielregeln dazu einführen. Die Kindergartenlehrperson begleitet sie lediglich dabei.

Das Projekt Purzelbaum ist nicht nur eine Initiative der PHBern, sondern wird an der Hochschule auch wissenschaftlich begleitet. Das Forschungsteam rund um Prof. Dr. Evelyne Wannack geht einerseits der Frage nach, welche motorischen Fähigkeiten bei Kindern durch welche Bewegungsangebote gefördert werden, und analysiert andererseits, wie diese in offene Sequenzen integriert werden und wie sich dadurch die Raumgestaltung ändert.

Mehr Bewegung bei gleichem Raum

Nach einer Weile schaltet Brigitte Ischer den CD-Player an. Sobald die Musik ertönt, fangen die Kinder, ohne zu murren, an aufzuräumen. Die Matten werden zusammengefaltet, die Kissen kreisförmig nebeneinandergelegt. Wo vorher eine Spielwiese war, ist nun ein leerer Platz.

«Früher wurde nur die Garderobe als Bewegungsraum genutzt. Seitdem wir ein Purzelbaum-Kindergarten sind, nutzen wir auch den Kreis für mehr Bewegung. Der Raum ist nun grosszügiger», erläutert Ischer. Für Evelyne Wannack ist klar, dass auch Kindergärten auf kleinem Raum mit relativ wenig Aufwand mehr Bewegungsangebote schaffen können. «Purzelbaum» nimmt darauf Rücksicht, indem die Auflagen zur Umsetzung sehr offen gehalten sind. Die Wissenschaftlerin betont: «So können die Lehrpersonen ihren Rahmenbedingungen entsprechend mehr Bewegung in ihre Unterrichtsgestaltung einbeziehen.»

Es wird still unter den Kindern, jedes setzt sich ruhig auf ein Kissen. Fabrice und Lili dürfen sich in die Mitte stellen und ein Gummitwist zwischen ihren Knöcheln spannen. Jedes der Kinder hüpf nun zu den Silben seines Namens über das Gummi. Nils macht einen grossen, hohen Sprung. Marie-Louise hingegen muss sich vier Hüpfen einfallen lassen. Mit der Zeit werden die Kinder kühner, drehen Pirouetten in der Luft, springen rückwärts, Noemie ruft gar aufgeregt: «Mit geschlossenen Augen!»

Brigitte Ischer ist es wichtig, dass durch die Initiative Purzelbaum nicht der Eindruck entsteht, in vielen Kindergärten sei Bewegung gar kein Thema: «Jeder Kindergarten arbeitet mit Bewegung. In einem Purzelbaum-Kindergarten jedoch bewegen sich die Kinder wohl mehr, aber sicher auch gezielter.»

Fliegenpilz zum Zvieri

Brigitte Ischer hat die «Purzelbaum»-Weiterbildung der PHBern selbst besucht und viel dabei gelernt, beispielsweise wie wichtig gezielte Bewegung für den Knochenaufbau von Kindern ist. Oder über die Verbindung von Bewegung und Sprache, um beides effizienter zu lernen. Daher auch das Spiel mit dem Gummitwist.

Nach diesem Spiel ist Zvieri-Zeit, und die Kinder stellen sich vor ihrer Lehrerin in eine Reihe. Nils hält ihr einen Apfel hin: «Ich hätte gerne einen Pilz», meint er. Brigitte Ischer fängt an zu schnitzen. Und in der Tat, nach wenigen Minuten hält der Bub einen Fliegenpilz in der Hand. Christian hätte statt seines konventionellen Rüeblis lieber ein Krokodil – ein paar gekonnte Bewegungen der Lehrerin, und Christian beisst dem Raubtier genüsslich ins Maul. Alle Kinder knabbern während dieser Pause Früchte und Gemüse. Das war nicht immer so. ►

«Auch Ernährung ist ein zentrales Thema beim «Purzelbaum». Hier versuchen wir ganz stark, die Eltern miteinzubeziehen», erläutert Brigitte Ischer. «Anhand der Ernährungskurve ist es oft ganz einfach nachzuvollziehen, dass es einem Kind mehr bringt, zum Znüni einen Apfel zu essen als beispielsweise einen Farmerstängel. Der sättigt nämlich nicht bis zum Mittagessen.»

Haben die Kinder ihr Zvieri aufgegessen, ziehen sich alle an und drehen Runden auf einem Geräteparcours. Rückwärts über eine Bank laufen, auf dem Trampolin zweimal so oft hüpfen, wie man alt ist, vorsichtig über das Brett zwischen zwei Leitern balancieren.

Brigitte Ischer bemerkt nach den zwei Jahren im Projekt eine sichtbare Entwicklung bei den Kindern – nicht nur was Kraft, Motorik, Ausdauer angeht: «Die Stimmung ist definitiv weniger aggressiv, und die Kinder stärken ihre Sozialkompetenz, indem sie sich gegenseitig helfen, wenn beispielsweise ein Kind es nicht schafft, sich aus eigener Kraft an einem Seil hochzuziehen.» Das sind auch die Momente, in denen Ischer mit helfender Hand unterstützt. Die sichtbaren Veränderungen motivieren die Kinder und machen sie wiederum leistungsfähiger, selbstsicherer, ruhiger. Diese Erkenntnisse gibt Ischer an das PHBern-Forschungsteam weiter, das einen Teil der Lehrpersonen im Projekt «Purzelbaum» befragt und die Ergebnisse in die Weiterbildung einfließen lässt. Der Kreis schliesst sich aber erst komplett, wenn auch die Grundausbildung von den entsprechenden Erkenntnissen profitieren kann. Dadurch, dass Brigitte Ischer Praktikantin-

nen in ihrem Kindergarten betreut, ist auch hier ein erster Schritt getan. «Und letzten Endes bewegt man sich auch als Lehrperson mehr», meint Ischer. All diese positiven Argumente für das Engagement in «Purzelbaum» hat auch der Panathlon-Club Bern erkannt und 2008 zum ersten Mal nicht eine Sportlerin oder einen Sportler ausgezeichnet, sondern die Initiative Purzelbaum Bern.

Synthese **Un crocodile pour le goûter** Il y a deux ans, la PHBern lançait le projet «Purzelbaum» (galipette) pour promouvoir le mouvement dans les écoles enfantines. Dans le cadre d'une formation continue de deux ans, des enseignants et enseignantes d'école infantine ont ainsi été sensibilisés aux bienfaits de l'activité physique et d'une alimentation saine. Le projet a été mis en place dans différentes écoles enfantines, dont celle de Wichtrach. Là-bas, les enfants bougent non seulement davantage, mais aussi de manière plus ciblée. Brigitte Ischer, enseignante et co-responsable du projet, a remarqué des progrès significatifs chez ses élèves: «Ils sont devenus plus résistants et plus forts, mais ont aussi développé leur confiance en eux et leurs compétences sociales.» Une équipe de recherche de la PHBern accompagne le projet et analyse de manière scientifique les résultats observés dans la pratique. Les connaissances qui auront pu être acquises au cours de ces expériences nourriront ensuite la formation continue. Le projet est pour l'heure un succès et a même obtenu le prix Panathlon en 2008.

L'école en mouvement

Le corps à l'école : plus compliqué qu'on ne pourrait le penser... ?

Guy Lévy

L'école bouge... ou devrait bouger davantage. Nous vivons une époque préoccupée par la santé de la population et le dépistage le plus précoce possible de tout handicap, de toute situation particulière vite considérée comme « anomalie », qu'elle soit physique, psychique, ou comportementale. La France a même voulu imposer un dépistage précoce (à 3 ans!) de la délinquance afin de prendre des mesures de suivi pour éviter notamment les colères des banlieues et les comportements difficiles à l'école.

Les résultats des neurosciences et une façon de les interpréter, qui rappelle étrangement le positivisme de la fin du 19^e et du début du 20^e siècle, viennent aujourd'hui réveiller l'espoir de pouvoir maîtriser toute déviance à la norme et assurer la paix sociale. Le destin du corps à l'école, lui, s'inscrit dans ce contexte d'une part et, qui plus est, souffre d'autre part d'une histoire scolaire où le corps a été considéré longtemps comme un outil servile au service d'une intelligence performante et d'une puissante volonté.

Le corps, un outil pratique à entretenir

L'école de mon enfance considérait tout ce qui touchait au corps comme allant de soi. Les leçons de gymnastique étaient axées sur la réussite ou non d'un certain nombre de seuils atteints dans les différentes disciplines de l'athlétisme, par exemple la capacité à jouer un certain nombre de jeux en comprenant les règles et en sachant faire preuve de « bonne camaraderie », avec à l'arrière-fond l'idée que si on n'y parvenait pas c'était par manque de discipline et de volonté. L'évaluation ne pouvait être qu'objective et donc simple : soit on montait aux perches, soit on n'y montait pas, soit on sautait un mètre en hauteur, soit on ne sautait pas un mètre en hauteur. Le corps allait même jusqu'à être préparé pour le combat dans le cadre de ce qu'on appelait le *Corps de jeunesse* qui avait lieu le jeudi après-midi pour les élèves de l'Ecole secondaire, à l'exception de ceux qui optaient ou étaient sélectionnés pour la section pré-gymnastique latine dès la 7^e année...

Le corps comme incarnation du monde

Depuis cette époque, la situation a évolué et le fait même de parler d'*Education physique* laisse entendre que le corps et notre rapport au corps sont sujets d'éducation. On admet dès lors que, comme pour toute dynamique d'éducation, la situation est plus complexe et nécessite des précautions pédagogiques autrefois insoupçonnées. Les travaux de la phénoménologie ont montré à quel point notre corps n'était pas un outil à notre service mais bien un des fondements de notre rapport au monde. Il s'empare du monde, le met en forme et nous le livre déjà interprété. La perspective illustre à merveille cette vaste mise en oeuvre qui nous offre le monde comme une invitation à la signification et à l'agir. La perspective n'existe pas en soi dans la « vraie » réalité mais est précisément une construction subjective incarnée de notre perception du monde à partir de laquelle nous construisons nos intentions et nos odyssées personnelles.

Le corps au sommet de son art dans sa capacité à s'étendre, à s'ouvrir aux situations nouvelles, à intégrer des complexités motrices nouvelles, apparaît chez le joueur de tennis en lui permettant d'intégrer la raquette de tennis dans son schéma corporel ou chez l'automobiliste dans le fait d'intégrer la largeur de son véhicule dans son corps qui lui fait intuitivement comprendre qu'il peut passer ou non entre les deux murs qu'il longe sans rayer sa carrosserie. Avec le temps, la nouveauté devient habitude et le corps se charge de toute une série de missions. Il suffit d'essayer de se souvenir comment nous avons effectivement assumé notre voyage quotidien d'automobiliste, négocié les carrefours délicats et de constater qu'il n'y a pas de souvenirs, que tout s'est déroulé dans une douce insouciance. Le corps a assumé en nous libérant l'esprit, nous permettant même de préparer les séances ou les cours du jour tout en conduisant.

Mais en admettant cela, on admet aussi que les choses sont dès lors plus compliquées. Malgré son « intelligence », notre corps a aussi ses limites dans la compréhension des choses, il se trompe à plus d'une reprise. Il suffit d'évoquer les chaussettes que nous avons tous rangées une fois au frigidaire pour en être convaincu. ►



Fotos: Ruben Wyttenbach

A méditer

Je suis frappé aujourd'hui à quel point les leçons d'Education physique, avec intelligence, axent leurs priorités autour de la perception de notre propre corps, ses réactions en situation d'équilibre, devant le vide, ses résistances, ses forces et ses faiblesses, recourent aussi à la fonction métaphorique en plaçant les élèves au fin fond d'une jungle ou au sommet d'une falaise vertigineuse.

Mais aujourd'hui aussi, parce qu'on est un peu obnubilé par la prévention, on est aussi en danger de l'oublier au nom de la santé et de sa promotion. On a l'impression qu'on a bientôt le devoir civique d'être en bonne santé au risque sinon de coûter trop cher et d'être taxé d'incivilité.

Le corps doit rester ce clair-obscur qui nous empêche d'entretenir un rapport cristallin au monde, qui fait que tout apprentissage notamment s'accompagne d'une dimension incarnée qui s'exprime trop souvent pour qu'on n'en tienne pas compte. Il suffit de se souvenir de la perception que l'on a de notre colonne vertébrale lorsqu'on prend la parole pour la première fois devant une assistance nombreuse et experte, de nos larmes devant un tableau de Bonnard qui nous invite à la tendresse du monde.

Que l'école bouge est bien, mais qu'elle le fasse en ayant en perspective que c'est par le corps que notre rapport au monde s'incarne, que notre rapport à l'autre s'incarne, que l'école du mouvement s'inscrit dans une perspective éducative construite sur l'idée

que l'élève est une personne, que le corps est plus un ensemble de potentialités, de failles et de limites tellement humaines qu'un outil aseptisé au service de la santé. Rabelais l'avait compris en structurant la journée de Gargantua ...

Synthese Körper und Schule - komplizierter als man denkt

Schule bewegt. Das ist gut, aber nicht um jeden Preis! Allzu lange wurde der Körper als reines Instrument im Dienste des Willens betrachtet. Aber trotzdem spielt der Körper eine Hauptrolle in unserer Beziehung zur Welt. Er eröffnet uns die Welt, indem er sie geradezu verkörpert. Bevor man irgendetwas in Betracht gezogen oder beschlossen hat, hat er der Welt bereits Form gegeben, indem er sie beispielsweise im Rahmen einer Perspektivenbildung hinterfragt oder ihr eine Bedeutung beimisst. Perspektiven existieren nur in uns selbst. Sobald der Körper zu einem subjektiven Träger von Bedeutungen und Absichten wird, hört er auf, dieses bereits erwähnte dienende Instrument zu sein. Die Beziehung zum Körper ist nicht nur eine Frage der Hygiene, der Gesundheit und der Leistungen, sondern sie betrifft auch Widerstände, Schwierigkeiten, Schwächen und Rätsel, die zu uns gehören und die man nicht als überwindbare Offensichtlichkeiten betrachten sollte. Ich bin ein Körper, der mir gehört und der mir entgleitet... Will man, dass (sich) die Schule wirklich bewegt, muss man das wissen!





Schule bewegt

In Bewegung – Schulalltag im Berner Kirchenfeld

Iris Frey

Bewegte Schule ist in Primarschule und Kindergarten des Berner Kirchenfeldquartiers mehr als ein Projekt. Es ist gelebter Alltag, von den Lehrpersonen getragen, vom Schulleiter unterstützt, bei den Schülerinnen und Schülern und deren Eltern beliebt. EDUCATION hat einen Augenschein genommen.

Was ist das: Ein Schulhausgang mit einer Langbank, bekannt aus der Turnhalle, auf dessen Schmalseite ein balancierendes Erstklassmädchen mit fliegenden Zöpfen, mitten in einer Vormittagsstunde, keine Pause, auch kein Turnunterricht? – Alltag in den Gängen der bewegten Primarschule Kirchenfeld.

Blitzrechnen auf dem Balken

Im Schulhaus mit der Patina eines friedlich älter gewordenen Gebäudes dürfte jedem allzu strengen Hauswart augenblicklich das Blut zu Kopf steigen ob all den Gegenständen, die in den Korridoren und Schulzimmern herumstehen, ihm das Putzen erschweren. Trampoline, Balancierkissen und -rollen, Kisten mit Jonglierbällen, Springseilen und anderes Gerät.

In jedem Schulzimmer lädt zudem ein Holzbalken zum Balancieren ein. So auch im Klassenzimmer der 6a von Peter Stucki. Fürs Blitzrechnen beim Gehen und Gleichgewicht halten auf dem fünf Meter langen, schmalen Balken beispielsweise hat der Klassenlehrer plastifizierte Fragekarten mit Rechnungsaufgaben fabriziert. Aber auch Lesenlernen bzw. -perfektionieren geht sehr gut in der Schweben. Vom Balken aus kann der Blick auf ein Plakat mit einem Gedicht in Grossbuchstaben von Josef Guggenmoos schweifen, das an einer gegenüberliegenden Wand befestigt ist. Das balancierende Kind lese einmal das Gedicht von der Wand ab; dann vom Blatt in seiner Hand, schliesslich – die hohe Kunst der Schule – jeweils eine Zeile ab Blatt, die nächste von der Wand. «Dadurch wird zusätzlich der Augensprung trainiert», erklärt Peter Stucki, der sich seit 1995 an der Primarschule Kirchenfeld und seit 2006 für bewegte Schule engagiert. Peter Stucki und die Kindergärtnerin Edith Vanoni wirken gleichzeitig als Gesundheitskoordinator bzw. -koordinatorin der Schule. Die beiden haben in den letzten Jahren verschiedene Weiterbildungen und Tagungen zum Thema bewegte Schule besucht. Sie lernten Dorothea

Beigel kennen (vgl. Interview S. 14), luden sie an ihre Schule ein. Sie haben die positiven Zusammenhänge zwischen Bewegung, Konzentration und Lernfähigkeit kennengelernt (vgl. Grundsatzartikel, S. 10) und ihre Erfahrungen an das Kollegium und die Schulleitung weitergegeben.

Vom Projekt zur Philosophie

Der erste Schritt zu mehr Bewegung mit den Klassen war die Teilnahme am Projekt «schule.bewegt» des Bundesamtes für Sport (www.schulebewegt.ch) – ein voller Erfolg. Die Schülerinnen und Schüler hatten nicht nur Spass. Das Mehr an Bewegung wirkt sich auch auf deren Konzentrationsfähigkeit sehr positiv aus, ist man im Schulhaus Kirchenfeld überzeugt. Nach Projektende wollte niemand aufhören damit. «Die bewegte Schule trifft nach meiner Meinung auch die Bedürfnisse und die Interessenlage der Lehrerinnen und Lehrer sehr gut», sagt dazu Schulleiter Lukas Wälty. Klar müsse das Projekt, wie jedes andere, anlaufen. Dies bedeute für die Lehrpersonen Zusatzaufwand.

Auch wenn im Kirchenfeld die Initiative für das Projekt «von unten» kam: Die Rolle des Schulleiters sei nicht zu unterschätzen für den Erfolg und die Kontinuität, betonen Edith Vanoni und Peter Stucki. Dazu die Kindergärtnerin: «Die Unterstützung von Lukas Wälty war und ist entscheidend dafür, dass bewegte Schule bei uns Alltag ist und breit getragen wird!» Er habe ihre Ideen von Anfang an unterstützt und verschaffe dem Thema bis heute immer wieder das nötige Gewicht.

Bewegte Schule hat denn auch im ganzen Haus längst mehr als Projektcharakter – wurde zur Haltung der Schule. Als solche prägt sie auch das Leitbild, das weder auf Internet noch Intranet abrufbar ist: «Wir machen das Leitbild für uns», lacht Schulleiter Lukas Wälty. Bewegte Schule und die aktuell dazu laufenden Projekte haben auch einen festen Platz auf der Traktandenliste der Schulkonferenz. Und wenn Lukas Wälty Vorstellungsgespräche führt, sei die Philosophie der Bewegung regelmässig ein Thema. Fehlende Erfahrungen einer potenziellen neuen Lehrperson gäben allerdings nur «einen Punkt Abzug», wenn die Bewerberin oder der Bewerber überhaupt keine Offenheit gegenüber dem Thema zeige. «Erfahrungen kann man immer nachholen.» ▶

Lernen, Pausen, Hausaufgaben – alles ist bewegt

Zurück ins Klassenzimmer. Auf dem Balken haben höchstens zwei Schulkinder Platz – was macht der Rest? Sie arbeiten an anderen Orten. Im Schulhaus Kirchenfeld gilt das Prinzip der «Sitzfreiheit». Während Unterrichtssequenzen, in denen die Schülerinnen und Schüler für sich oder in Gruppen arbeiten, bestimmen sie selber, wo und wie sie das tun. Die Schulzimmer-türen sind fast immer offen. Abgeschafft wurden auch die «kleinen Pausen». Denn das Bedürfnis, zu pinkeln oder zu trinken darf gestillt werden, wenn es einen überkommt. Die grosse Pause dauert stattdessen ein halbe Stunde – damit richtig viel Zeit bleibt, sich im Freien in ein Spiel zu vertiefen. Aus einem Material-schrank neben dem Pausenplatz darf sich bedienen, wem die Schaukel und Rutschbahn auf dem Rasen-platz nicht ausreicht.

Peter Stucki, Edith Vanoni und das übrige Kolle-gium platzieren in ihren Schulstunden wie im Kinder-garten auch ganz bewusst Bewegungssequenzen für alle – beispielsweise wenn der Adrenalinpegel der Schülerinnen und Schüler zu senken ist. «Wenn ich die Klasse zehn Minuten auf den Pausenplatz schicke, um sich auszutoben oder Fussball zu spielen, bewirke ich allerdings das Gegenteil», weiss Peter Stucki. Ge-zielter und konzentrationsfördernder wirkt dann eine Jonglierpause. Fast jeder Schüler und jede Schülerin kann deshalb jonglieren. Jonglieren lässt sich auch gut mit Aufgabenlösen verbinden: Reihen oder einen Text auswendig lernen zu Hause. Mit der Folge, dass inzwi-schen auch Eltern bei der Schule vorstellig werden, weil sie jonglieren lernen möchten. Überhaupt ist die Akzeptanz seitens der Eltern gegenüber allerlei For-men der bewegten Schule sehr gross; an Widerstand kann sich niemand erinnern.

Einen halben Tag im Wald

Edith Vanoni verbringt mit ihren Kindergartenkindern wöchentlich einen halben Tag im nahe gelegenen Dähl-hölzliwald – auch dies als Teil der bewegten Schule – im Sommer wie im Winter, bei jedem Wetter. Dabei

macht sie erstaunliche Erfahrungen: «Es gibt Kinder, die können anfangs nur auf allen vieren über einen Baumstamm kriechen, während andere sofort mühelos über den Baumstamm spazieren. Übung macht den Meister oder die Meisterin – auf die Waldhalbtage möchte nach einer Angewöhnungsphase kein Kind mehr verzichten.

Synthese L'école en mouvement ou le quotidien

d'une école de Berne

Une école qui bouge, c'est bien plus qu'un projet pour l'école du quartier de Kirchenfeld à Berne, c'est le quotidien. Un quotidien animé par le corps enseignant, soutenu par le directeur et apprécié des élèves et de leurs parents. Il faut bien admettre pourtant que c'est le projet «L'école bouge», mis en place par l'Office fédéral du sport (www.ecolebouge.ch), qui est à l'origine de tant de ferveur pour l'activité physique. Bien sûr, les élèves ont eu du plaisir à y participer, mais les bénéfices ont été bien plus grands : le surcroît d'activité physique a eu des répercussions très positives sur leur capacité de concentration. A la fin du projet, personne n'a voulu en rester là. Même si, à Kirchenfeld, l'initiative est venue d'en bas, précisément des coordinateurs santé Peter Stucki et Edith Vanoni, tous deux soulignent que l'engagement de la direction est important pour assurer le succès et la pérennité d'une telle opération. Partout dans l'école, on trouve des trampolines, des coussins et des rouleaux d'équilibre, des caisses qui contiennent des balles de jonglage, des cordes à sauter... Les enseignants et les enseignantes intègrent à leurs cours, ou même dès l'école infantine, des séquences d'activité pour tous, particulièrement lorsque le taux d'adrénaline des élèves diminue. «Lorsque j'envoie les enfants dehors pour qu'ils puissent se défouler ou jouer au foot, c'est souvent le contraire que j'obtiens», explique Peter Stucki. Une pause jonglage, qui agit de manière plus ciblée et stimule la concentration, est alors bienvenue.



Fotos: Ruben Wyrtenbach



Wir bedanken uns bei den Schülerinnen und Schülern der Klassen 6b, 7a und 7b der Schule Rüfenacht.



Mehrjahrgangsklassen

Lernen ohne Altersgrenzen

Esther Diener-Morscher

Fotos: Iris Krebs

Erstklässlerinnen sitzen mit Zweit- und Drittklässlern im gleichen Schulzimmer: Das kennt man von kleinen Schulen auf dem Land. Nun entdecken auch städtische Schulen die Vorteile des altersdurchmischten Lernens. Im Burgdorfer Lindenfeld-Schulhaus zum Beispiel gibt es ausschliesslich Mehrjahrgangsklassen.

Konzentriert sitzen die Schülerinnen und Schüler der Klasse L3 im Burgdorfer Lindenfeld-Schulhaus an ihren Arbeiten. Gamze arbeitet am Wochenplan und liest im Pultbuch. Zur gleichen Zeit im gleichen Klassenzimmer ist Valentin daran, einen Aufsatz über Füchse zu formulieren. Er hilft dazwischen kurz dem sechsjährigen Noah, der in einem Domino das Wort «Lineal» zu buchstabieren versucht.

Noah geht in die erste Klasse, Gamze in die zweite, Valentin ist Drittklässler. Sie alle gehen zu Regula Jakob in die Schule. Noah erst seit dem Sommer, Valentin schon seit mehr als zwei Jahren. Auch der neunjährige Valentin gehörte einmal zu den Jüngsten in der Klasse. Heute sagt er selbstbewusst: «Wenn Jüngere kommen und mich etwas fragen, helfe ich gerne.»

Für die Lehrerin Regula Jakob sind solche Szenen längst kein ungewohntes Bild mehr. «Die älteren Schülerinnen und Schüler übernehmen schnell die Verantwortung und sind extrem stolz, wenn sie helfen können. Das führt längerfristig zu grösserem Selbstwertgefühl», erklärt Regula Jakob. «Denn die Kinder erfahren, dass man ihnen nicht nur helfen muss, sondern dass auch sie selber anderen etwas erklären können.» Und auch in anderen Fällen stellt sie fest: «Viele Kinder gewinnen Selbstvertrauen, wenn sie sich für andere einsetzen können und von den jüngeren bewundert werden.» Deshalb ist für Regula Jakob klar: «In einer Mehrjahrgangsklasse profitieren keineswegs nur die Jüngeren von den Älteren.» Es sei ein gegenseitiges Geben und Nehmen.

Im Lindenfeld-Schulhaus üben die Kinder täglich, sich in eine Gruppe einzufügen und Rücksicht auf andere zu nehmen. Wenn im Sport die Turngeräte aufgestellt werden, helfen die Älteren ohne zu murren



den Jüngeren. Denn die Älteren wissen noch gut, wie es zwei Jahre zuvor war, als sie selber die Jüngeren und froh um Hilfe waren.

Trotzdem: Auch in Mehrjahrgangsklassen gibt es nicht immer nur Frieden und Freude. Allerdings ist das Risiko, dass neue Kinder Unruhe und Lärm in die Klasse bringen, kleiner: «Sie kommen in ein funktionierendes System und passen sich meistens schnell an», schildert Regula Jakob ihre Erfahrungen. ▶

Die Primarschule Lindenfeld

Die jüngste Quartierschule der Stadt Burgdorf besteht seit August 2006. Es ist zurzeit die einzige Schule in der Stadt, wo die Schülerinnen und Schüler in altersgemischten Primarklassen mit je drei Jahrgängen eingeteilt sind. Mit dieser Organisationsform wollen die Lehrkräfte der Vielfalt und den unterschiedlichen Lernbedürfnissen der Kinder besser gerecht werden.

Derzeit besuchen ungefähr 140 Schülerinnen und Schüler die Primarschule Lindenfeld. Sie werden von sieben Klassenlehrpersonen und fünf Teilpensienlehrpersonen in drei Unterstufenklassen, drei Mittelstufenklassen und einer Einschulungsklasse unterrichtet.



Sie ist überzeugt, dass die Kinder ihrer Mehrjahrgangsklasse persönlich, sozial und fachlich profitieren. «Wenn die Zweit- und Drittklässler das, was sie einst gelernt haben, später nochmals hören oder einem anderen Kind erklären, begreifen sie den Stoff besser und machen zugleich die Erfahrung: Ich kann das!» Das selbstständige, aktive und soziale Lernen, das die heutige Schule anstrebt, passiert in altersdurchmischten Klassen auf ganz natürliche Weise.

In Regula Jakobs Klassenzimmer merkt man nicht auf den ersten Blick, dass man sich in einer Mehrjahrgangsklasse befindet. Es wird aber spätestens dann klar, wenn man einen Blick auf die Tafel mit den Hausaufgaben oder auf die verschiedenen Wochenpläne wirft. Manchmal hat jede Klasse andere Aufgaben zu lösen.

«Ja, natürlich gibt es mehr zu tun, für drei Stufen die Stunde vorzubereiten», räumt die Lehrerin ein. Aber der Mehraufwand sei weit geringer, als man denke. «Mit etwas Spontaneität, Flexibilität und Übung ist es gar nicht schwer, ein Programm für drei Stufen anzupassen», sagt sie und fügt hinzu: «Wir sind hier im Lin-

denfeld keine arbeitssüchtigen Lehrkräfte, die das Dreifache arbeiten, weil sie eine Mehrjahrgangsklasse unterrichten.»

Ruhig geht Regula Jakob von Pult zu Pult und kümmert sich um ihre sechs Erstklass-, fünf Zweitklass- und sieben Drittklasskinder. «Ich habe das Gefühl, dass ich mehr Zeit für die einzelnen Kinder habe als in einer Klasse mit nur einem Jahrgang», sagt sie. «Da die jeweiligen Jahrgänge klein sind und es auch einige abteilungsweise geführte Stunden gibt, hat man den grösseren Überblick.» Allerdings seien 20 Kinder in einer Mehrjahrgangsklasse die obere Grenze, findet sie.

Eine Mehrjahrgangsklasse zu unterrichten, bedeutet nicht, sich immer nur um einzelne Kinder oder kleine Gruppen zu kümmern. In Regula Jakobs Klasse gibt es kaum weniger Frontalunterricht als in einer anderen Klasse. Wenn sie Geschichten erzählt, zum Gestalten anleitet oder das Leben der Füchse beschreibt, dann hört die ganze Klasse zu. Erst später arbeiten die Kinder dann je nach Stufe anders weiter am Thema: Die jüngeren Kinder zeichnen die Füchse, welche die Lehrerin beschrieben hat. Die älteren schreiben Fuchswörter auf, und die ältesten formulieren selber einen Text über das Leben der Füchse. Weil die Klasse ganz offensichtlich heterogen ist, ist die Lehrperson gezwungen, viel mehr zu differenzieren – auch innerhalb eines Schuljahres.

Die Schulstunde im Lindenfeld-Schulhaus ist zu Ende. Eine Dreiergruppe, die gemeinsam geübt hat, eine Szene aus dem Buch «Nicke findet einen Stuhl» lebendig zu lesen, führt den anderen Kindern vor, was sie gelernt hat. Die Jüngsten amüsieren sich genauso gut wie die Mittleren und die Ältesten über das, was ihnen vorgelesen wird. Vom sechsjährigen Noah bis zum neunjährigen Valentin klatschen am Schluss alle begeistert mit.

Synthese Apprendre tout âge confondu Regula Jakob, enseignante à l'école de Lindenfeld dans l'agglomération de Berthoud, est depuis longtemps habituée à voir des élèves de sa classe expliquer patiemment quelque chose à des camarades plus jeunes. Dans l'établissement de Lindenfeld, toutes les classes sont à trois degrés. Le corps enseignant a adopté cette forme d'organisation pour mieux tenir compte de l'hétérogénéité et de la diversité des besoins d'apprentissage. «Les élèves plus âgés prennent vite leurs responsabilités et sont très fiers de pouvoir aider. Ils finissent par acquérir une grande estime de soi», déclare Regula Jakob. Pour elle, il n'y a pas l'ombre

d'un doute: «Dans une classe à degrés multiples, les plus jeunes ne sont pas les seuls bénéficiaires.» C'est un échange réciproque de services. Tout ce que prône l'école actuelle – l'autonomie, l'apprentissage actif et les compétences sociales – s'y exerce de la façon la plus naturelle qui soit. Il faut bien sûr préparer les leçons pour trois degrés mais, avec de la spontanéité, de la flexibilité et de l'entraînement, cela ne constitue pas une charge de travail si importante. «Vu que les volées sont petites et que quelques leçons sont dispensées par section de classe, on a une bonne vue d'ensemble.» Elle juge néanmoins que 20 élèves par classe à degrés multiples est un maximum.