

Backnanger Kreiszeitung

Max-Born-Gymnasium Backnang: Bewegung im Unterricht regt den Geist an

Im Backnanger Max-Born-Gymnasium ist Bewegung nicht nur auf den Sportunterricht begrenzt. „Lernen durch Bewegung“ wird auch in anderen Fächern umgesetzt. Zudem gibt es eine große Bandbreite an sportlichen Angeboten.



Bevor es mit dem Malen weitergeht, wird sich auch im Kunstunterricht bei Sara Dahme so richtig gedehnt. Fotos: Alexander Becher

Von Simone Schneider-Seebeck

Backnang. „Bewegung, Spiel und Sport in der Schule sind unverzichtbare Bestandteile einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen.“ So heißt es im Bildungsplan. Dass sich dies nicht nur in Form von Sportunterricht umsetzen lässt, zeigt das Beispiel Max-Born-Gymnasium, das als „Weiterführende Schule mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt“ (WSB) zertifiziert wurde. Zwar konnte die entsprechende Urkunde noch nicht offiziell übergeben werden, die Plakette wartet jedoch bereits darauf, gut sichtbar montiert zu werden.

Angefangen hat es zu Beginn der Coronapandemie. Sportunterricht konnte nicht stattfinden. Zudem war schon damals klar, dass durch den Abriss der Karl-Euerle-Halle das Raumangebot für den Sportunterricht reduziert werden würde. Sport- und Englischlehrer Sebastian Marx schwebte die Idee eines Fitnessraums vor, der sich dann auch mithilfe zahlreicher Spenden und Sponsoren, etwa des Kooperationspartners AOK, umsetzen ließ (wir berichteten).

Fitnessraum auch in der Freizeit nutzbar

„Diesen Raum können alle Klassen für den Sportunterricht vollumfänglich nutzen“, so Marx. Doch er steht nicht nur für die Unterrichtszeit zur Verfügung, sondern auch während der Mittagspause an drei Tagen. Unter der Aufsicht extra geschulter Fitnessmentoren dürfen Schülerinnen und Schüler ab Klasse 8 sich jederzeit aufs Rad schwingen oder an die Geräte gehen. Zudem bietet der Raum noch einen weiteren Vorteil, wie der stellvertretende Schulleiter Christoph Nesper betont: „Hier kann man jederzeit Sport machen, zum Beispiel wenn der Unterricht ausfällt.“ Dann kann die ganze Klasse die Hohlstunde dazu nutzen, sich zu bewegen. Doch der Fitnessraum ist nur ein Puzzleteil des WSB-Konzepts. „Die WSB macht viel mehr aus“, betont Sebastian Marx. So gehören etwa gesunde Ernährung, aktive Pausen, Bewegungseinheiten im Unterricht und zahlreiche

außerunterrichtliche Bewegungsangebote, unter anderem auch mit außerschulischen Kooperationspartnern, dazu.

Beispiel bewegte Pause – Tischtennisplatten und Tischkicker laden zum gemeinsamen sportlichen Spiel ein, Bälle, Springseile und Indiaca können gegen ein Pfand von den Schülerinnen und Schülern ausgeliehen werden. Das wird auch gut genutzt, wie ein Blick auf den wuselnden Pausenhof zeigt. Mal ganz abgesehen von klassischen Spielen wie etwa Fangen sieht man einige Schülerinnen und Schüler, die gemeinsam einem Fußball hinterherjagen oder versuchen, Körbe zu werfen.

Um dem Bewegungsbedürfnis insbesondere auch der jüngeren Schüler gerecht zu werden, wird das notwendige Übel des Stillsitzens auch während des Unterrichts immer wieder durchbrochen. So wird etwa gerade ein entsprechend ausgestattetes Klassenzimmer ausgetestet. Die Tische stehen auf Rollen und können bei Bedarf schnell zur Seite geschoben werden, um einen Bewegungsraum zu schaffen. Dass Bewegung beim Lernen förderlich ist, wurde bereits durch wissenschaftliche Untersuchungen belegt. Zudem kennt Sebastian Marx den Effekt aus eigener Erfahrung. Er geht im Englischunterricht mit seiner Klasse immer wieder hinaus ins Freie und hat festgestellt: „Bewegung und frische Luft fördern die Aufnahmefähigkeit.“

Die Lehrerschaft steht hinter dem Konzept. „Die gesamte Schulgemeinschaft muss dies mittragen“, erklärt Christoph Nesper. Sowohl die Gesamtlehrerkonferenz als auch der Gesamtelternbeirat sowie die Schülermitverantwortung (SMV) und die Schulkonferenz hatten im vergangenen Jahr ihr Einverständnis zum geplanten Antrag für die WSB-Zertifizierung gegeben. Zudem hatte bereits im vergangenen Jahr eine interne Umfrage gezeigt, dass 70 Prozent der Lehrkräfte bereits Bewegung in ihren Unterricht integrieren.

So wie Kunstlehrerin Sara Dahme. Gerade hat der Kunstunterricht in Klasse 6 begonnen. Auf den Tischen liegen angefangene Werke, doch bevor es weitergeht, steht erst einmal etwas Bewegung auf dem Programm. Dehnen, recken, strecken, „Lächeln ist immer gut, es macht viel Spaß“, ermuntert Sara Dahme ihr Schützlinge. Manche schauen etwas angestrengt, doch die Fröhlichkeit der Lehrkraft steckt die meisten an. Zum Abschluss noch etwas Yoga, der halbe Adler hat es ganz schön in sich, Konzentration ist gefordert. Nach einem letzten hingebungsvollen Strecken widmen sich die Kinder erfrischt ihren Arbeiten. Oft mache sie auch zwischendurch kleine Bewegungseinheiten, verrät Sara Dahme.

Die Übung wird an die Klasse angepasst

Dabei passt sie die Übungen an die Bedürfnisse der Klasse an. Beispielsweise etwas zum Wachwerden für die älteren Schüler in der ersten Stunde oder etwas zum Runterkommen für die quirligen Kleinen. Sehr gut bewährt haben sich auch beruhigende und entspannende Übungen vor einer Klassenarbeit. „Damit habe ich sehr gute Erfahrungen gemacht“, sagt sie. Und sie gibt gern auch Tipps, wie man sich während einer Arbeit etwas entspannen und neu fokussieren kann. „Ich bin überzeugt, dass der Körper viel Bewegung braucht.“ Daher freue sie sich sehr darüber, dass die Schule nun das WSB-Zertifikat erhalten habe.

DAS SPORTKONZEPT DES MAX-BORN-GYMNASIUMS

- **Sportangebote** Noch während der Coronapandemie sind verschiedene Kooperationen mit Sportvereinen entstanden, etwa beim Tennis oder auch im Schwimmen. Insbesondere Letzteres ermöglicht größere Gruppen beim Schwimmen durch einen zusätzlichen Trainer.
- Zudem soll das Projekt „Jugend trainiert für Olympia“ ausgebaut werden. Fußball, Tischtennis und Judo sind bereits dabei, zukünftig soll noch Turnen dazukommen. Außerdem gibt es noch das Programm „Schulmentoren Sport“ des Landes. Schülerinnen und Schüler ab 15 Jahren können sich dabei zu Mentoren ausbilden lassen und die Sportlehrer im Unterricht unterstützen.
-
- **WSB-Zertifizierung** Bewegung, Spiel und Sport prägen an einer WSB-Schule das alltägliche Schulleben in besonderer Art und Weise. Die WSB-Bausteine sollen den Schulen Handlungsfelder aufzeigen, die im Schulalltag vielfältige Varianten von Bewegung, Spiel und Sport ermöglichen. Eine WSB-Schule setzt die Bausteine in ihrem Schulentwicklungsprozess kontinuierlich um und bemüht sich um ihren Erhalt und Ausbau. An den verschiedenen Schulen wird es zu einer großen Vielfalt in der Umsetzung und Schwerpunktsetzung kommen. Die Initiative WSB versteht sich nicht als starres Programm, sondern unterstützt den vielfältigen, kreativen Umgang mit den einzelnen WSB-Bausteinen. Um weiterhin WSB-Schule sein zu können, muss nach fünf Jahren eine Rezertifizierung erfolgen. Das Zertifikat wird laut Ministerium für Kultus und Sport seit dem Schuljahr 2009/10 vergeben. Weitere Informationen zur WSB-Zertifizierung unter www.lis.kultus-bw.de; Schulsport Weiterführende Schule mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt.