



Konzept zur aktiven Pausengestaltung an der ASG

Die Meldungen überschlagen sich, wonach viele Kinder der heutigen Generation, unter anderem durch hohen Medienkonsum und damit verbunden eine sich in den letzten Jahrzehnten sehr stark veränderten Spielkultur bei Kindern, einen Bewegungsmangel und daraus resultierend häufig Übergewicht aufweisen. Deshalb ist eine Integration der Bewegung in den Alltag der Kinder unumgänglich. Dazu kann die Schule einen wichtigen Beitrag leisten. Eine enge Beziehung zwischen der körperlichen Aktivität und der Leistungsfähigkeit kann schulische Leistungen positiv beeinflussen.

So kann beispielsweise der Stressabbau bei Schülern und Schülerinnen durch sportliche Betätigungen, Entspannung, stille Beschäftigungen oder Spiele deutlich gesteigert werden, was sich wiederum positiv auf die Konzentrationsfähigkeit und somit die Leistungsfähigkeit der Schüler und Schülerinnen auswirken kann. Bewegungsmangel, Stress, Anspannung können negative Auswirkungen auf die physische und psychische Gesundheit eines Menschen haben.

Möglichkeiten der aktiven Pause bieten sich angefangen in der Klassenraumnutzung als Bewegungsraum, in themenbezogenen Bewegungsangeboten im Unterricht oder in der Pause oder in außerunterrichtlichen Angeboten.

Das Konzept „Aktive Pausengestaltung“ umfasst verschiedene Aktivitäten, die den Kindern die Möglichkeiten geben, sich zu bewegen, zu spielen und zu entspannen. Das Konzept ist auf die unterschiedlichen Altersgruppen der Kinder abgestimmt und berücksichtigt ihre individuellen Bedürfnisse und Interessen.

Bewegungsspiele oder Ballspiele können die Schüler und Schülerinnen zum Laufen, Springen und Werfen anregen und ihre Fitness verbessern. Es ist darauf zu achten, dass die Sporthalle von verschiedenen Interessengruppen genutzt werden kann, das bedeutet, dass nicht nur Jungen Fußball spielen.

Das Balancieren und Klettern können den Kindern helfen, ihre Balance und Koordination zu verbessern und ihre motorischen Fähigkeiten zu fördern.

Darüber hinaus ist der Schulhof auch als Ort des sozialen Lernens zu verstehen, weil das gemeinsame Spiel und die Bewegung hierfür vielfältige Möglichkeiten bieten.

Pausen sollen den Schülern und Schülerinnen aber auch die Möglichkeiten geben, sich zu entspannen und zu regenerieren. Manche Kinder brauchen auch während der Pause einen ruhigen Ort, um sich zurückzuziehen und zu entspannen. Auch diesen Kindern wollen wir mit der aktiven Pausengestaltung im Chillroom entgegenkommen. Dieser Bereich ist mit Teppichen, Matten und gemütlichen Kissen eingerichtet, sodass sich die Kinder wohl fühlen, sich ausruhen, lesen, malen oder sich eine Geschichte über Kopfhörer anhören können.

Neben der Turnhalle und dem Chillroom gibt es für die Wahrnehmung der Bedürfnisse und Interessen unserer Schüler und Schülerinnen einen Spielraum, die Leseinsel, die grüne Oase und den Computerraum.

In der grünen Oase können die Kinder die Tiere und Pflanzen beobachten und pflegen, sich aber auch in der Natur erholen und bewegen. Soziales Lernen findet hier wie aber auch im Spielraum statt. Dort haben die Schüler und Schülerinnen die Möglichkeit verschiedene Brett-, Karten- und Würfelspiele zu spielen.

Im Computerraum können die Schüler und Schülerinnen zu bestimmten Themen im Internet surfen und recherchieren, Lernspiele ausprobieren, ihren Stundenplan schreiben und Tricks mit dem Computer durch die fachmännische Betreuung lernen.

Um das Konzept der aktiven Pausengestaltung umzusetzen, werden spezielle Pausenbetreuer/innen, Lehrer/innen oder weiteres pädagogische Personal eingesetzt, die die Kinder bei den verschiedenen Aktivitäten unterstützen und begleiten. Auch die Eltern werden bei der Gestaltung einbezogen, sie übernehmen mittwochs die Leseinsel. Hier können sich Schüler und Schülerinnen Bücher ausleihen und diese dann in der Leseinsel lesen.

Die aktive Pausengestaltung ist in den Schulalltag (1. Hofpause) integriert und soll den Kindern helfen, sich körperlich zu betätigen, ihre Sozialkompetenzen zu verbessern und ihren Stress zu reduzieren. Daneben aber auch ihrem Bewegungsdrang, ihre Bedürfnisse und Interessen nachgehen können.

Jede Klasse erhält für jede Aktivität 2 Pausenpässe, die am Eingang des Raumes der betreuenden Person übergeben werden. Diesen erhalten die Schüler und Schülerinnen zum Ende der Pause zurück.

Folgende Verhaltensregeln gelten für alle Räume, diese werden in den Klassen kommuniziert und hängen in allen Räumen aus.

- 1. Jeweils zwei Kinder aus jeder Klasse können mit den Pausenpässen je eine Aktivität nutzen.**
- 2. Der oder die Betreuer/innen sammeln die Pausenpässe ein, am Ende der Pause werden diese wieder an die Kinder ausgehändigt.**
- 3. In den Räumen, in denen sich ein Teppich befindet, müssen die Schuhe ausgezogen werden.**
- 4. Der Raum wird ohne Essen und Trinken betreten.**
- 5. Dinge/Spielsachen aus dem Hort werden nicht in der aktiven Pause genutzt.**
- 6. Wir rennen nicht.**
- 7. Wir räumen am Ende der Pause den Raum wieder auf.**
- 8. Bei Regelverstoß musst du den Raum verlassen.**

Außerdem sind die Räume, in denen die Aktivitäten stattfinden mit einem Schild gekennzeichnet.

Die aktive Pausengestaltung soll durch ein weiteres Konzept zur Regenpause ergänzt werden.

Gesamtkonferenzbeschluss am: 21.11.2023

Schulkonferenzbeschluss am: 05.12.2023

Angebote für die aktive Pausengestaltung an der ASG

	Spielraum	Leseinsel	Oase	Turnhalle	Chillroom	Computer
	Betreuer/in: Fr.Molkentin Fr.Severin Fr.Dilmarc(fr) Hr.Buchmann	Betreuer/in: Fr.Thießen (mo) Fr.Brennscheid(fr) Eltern (mi)	Betreuer/in: Fr.Ullmann (mo,mi) Fr.Bauer (di, fr) Fr.Sülflow (do)	Betreuer/in: Achmed (mo, di, fr) Fr.Kluge (mi, do)	Betreuer/in: Praktikant (mo, di,mi) Fr.Quandt(fr) Fr.Kaecke (do)	Betreuer/in: Fr.Caro (mi,fr) Hr.Cebe (mo, do)
Klasse 1, 2, WK1	Dienstag		Dienstag	Dienstag	Dienstag	
Klassen 3 und 4	Montag Freitag	Montag Freitag	Montag Freitag	Montag Freitag	Montag Freitag	Montag Freitag
Klassen 5, 6, WK2	Mittwoch Donnerstag	Mittwoch	Mittwoch Donnerstag	Mittwoch Donnerstag	Mittwoch Donnerstag	Mittwoch Donnerstag