



SERVICEAGENTUR

*ganztätig lernen.*

NORDRHEIN-WESTFALEN



„Der Wechsel machts“-

# Rhythmisierung in der Ganztagschule Sek I

Digitale Sprechstunde der  
Serviceagentur „Ganztätig lernen“ NRW

27. September 2023, 14 Uhr – 16 Uhr

Dirk Fiegenbaum-Scheffner  
Lehrer Sek. I  
Koordinator Ganzttag Sek. I  
Serviceagentur „Ganztätig lernen“ NRW

Marco Dell´Oro  
Lehrer Sek. I  
Ganztagsberater  
BR Münster

Karsten Bögershausen-Burkardt  
Schulsozialarbeiter  
Ganztagsberater  
BR Düsseldorf

„Der Wechsel machts“-



## Rhythmisierung in der Ganztagschule Sek I

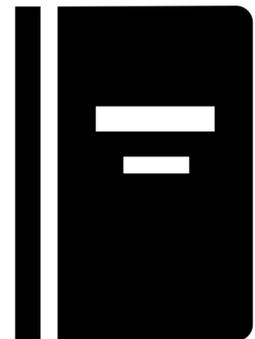
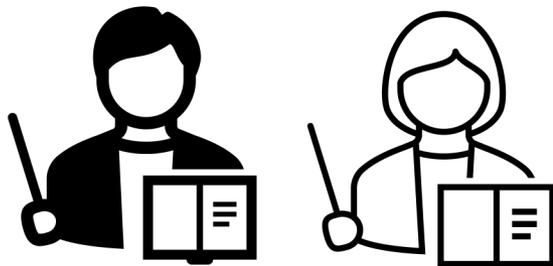
**Was erwartet Sie?**

- I. Kurzes Kennenlernen
- II. Vortrag
  - Rhythmisierung kommt von Rhythmus
  - Drei zentrale Grundprinzipien der Rhythmisierung
  - Weitere Rhythmisierungs-Strategien
  - „Neues“ Grundprinzip in der Rhythmisierung
- III. Fragerunde und gemeinsamer Austausch (von Expertisen)

# Rhythmisierung kommt von Rhythmus...



**-rhythmus**



Rhythmisierung kommt von Rhythmus...



# Bio-Rhythmus

## Der Biorhythmus des Menschen

 Menschliches Leben ist eher rhythmisch und nicht mechanisch linear!

 Störungen im Biorhythmus = höhere Kraftanstrengung und können sogar zu Krankheiten führen!

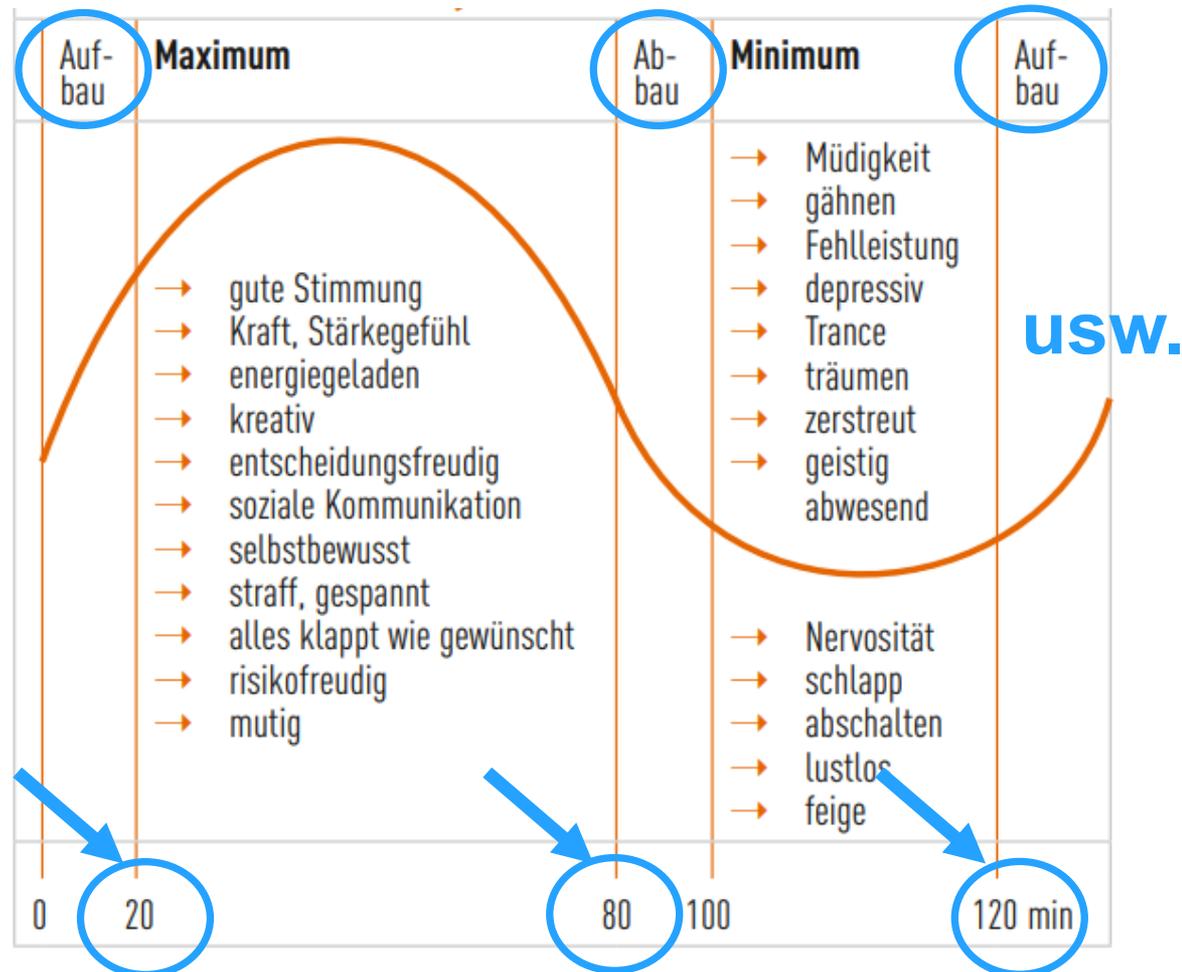
 Berücksichtigung der natürlichen Rhythmen = Grundlage zum Erhalt der Gesundheit!

→ Grundlage für Rhythmisierung in der Schule

# 1. Grundprinzip für Rhythmisierung Basis-Ruhe-Aktivitätszyklus (BRAC)



## Biorhythmus



# 1. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Biorhythmus: Basis-Ruhe-Aktivitätszyklus (BRAC)



Der Tagesablauf jedes Menschen:

Ein Wechsel von Aktivierungsphasen und (notwendigen!) Ruhe-/Regenerationsphasen



Rhythmisierung in der Schule

**Wechsel von Phasen der Anspannung und**

**Entspannung** im Tagesverlauf der SuS **+** LuL, Fachkräfte!



# 1. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Biorhythmus: Basis-Ruhe-Aktivitätszyklus (BRAC)

### Rhythmisierung im Erlass

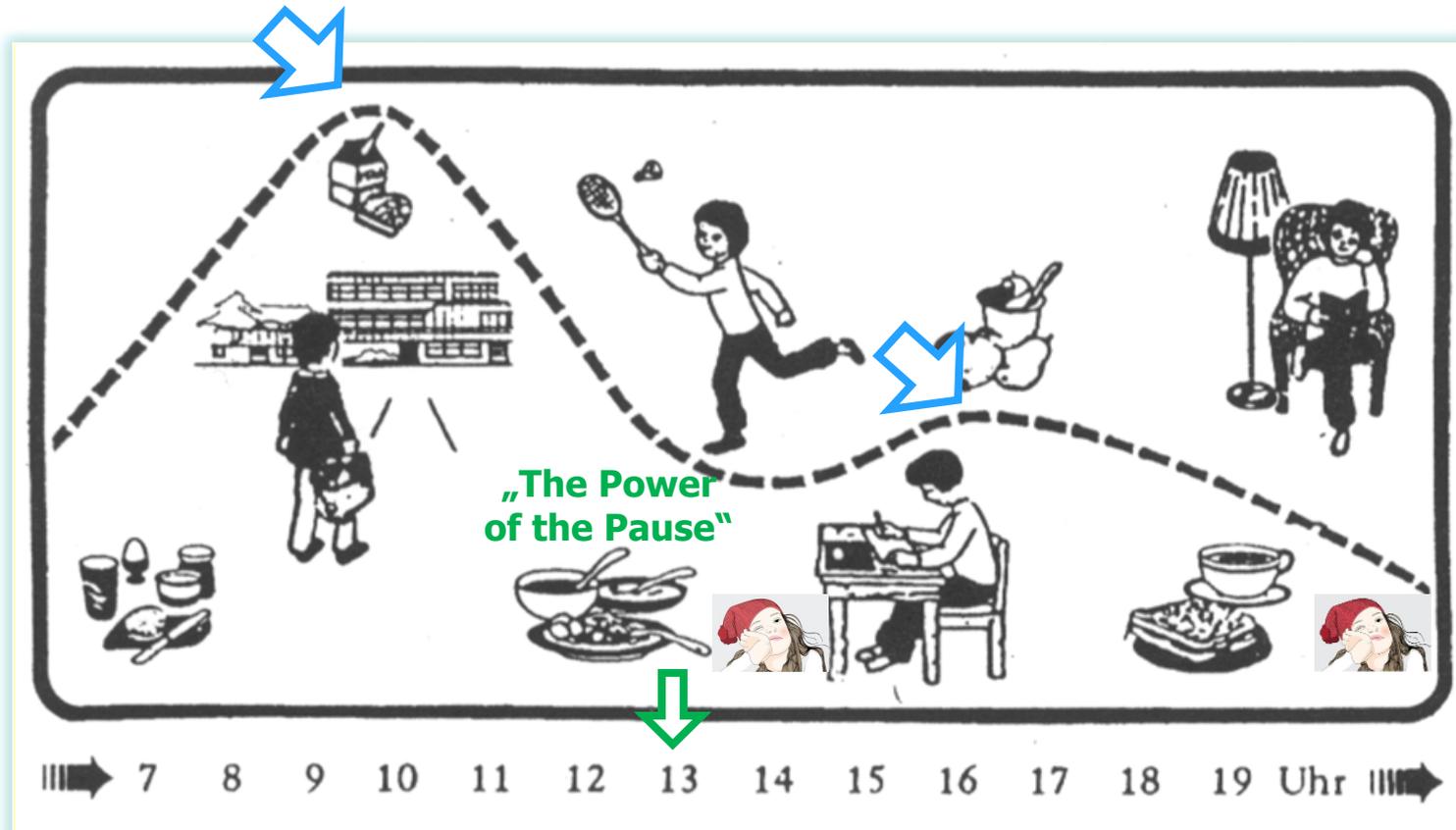


#### *Runderlass ‚Fünf-Tage-Woche‘ § 2 (5), (7)*

- § Rhythmisierung berücksichtigt Erholungs- und Entspannungsbedarfe aller Beteiligten. Lern-, Unterrichts-, und Erholungszeiten sind auf Vor- und Nachmittag verteilt.
- § Für die Gliederung des Vormittagsunterrichts sind Pausenzeiten von insgesamt wenigstens 40 Minuten vorzusehen, darunter mindestens eine Pausenzeit von wenigstens 15 Min.

## 2. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Biorhythmus: „Tageshochs“, „Tagestief“ und Mittagpause



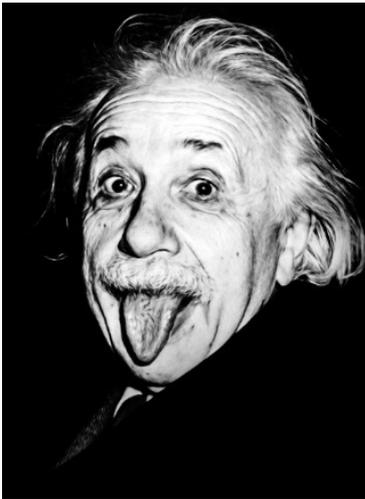
**Ideal: Ca. 12.30-13.30 Uhr!**  
**„Nach dem Tagestief geht's weiter“**

[vgl. Physiologische Leistungskurve der Schüler  
und Tagesmahlzeiten nach Appel/Rutz 1992]

## 2. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Biorhythmus: „Tageshochs“, „Tagestief“ und Mittagpause

#### Ein berühmtes – positives und mutmachendes – Beispiel



- Er ging selten vor 10 Uhr ins Institut, um zu forschen.
  - Um 13 Uhr ging er nach Hause zum Essen, Schlafen und Tee trinken.
- Einstein lebte und arbeitete nach seiner inneren Uhr!

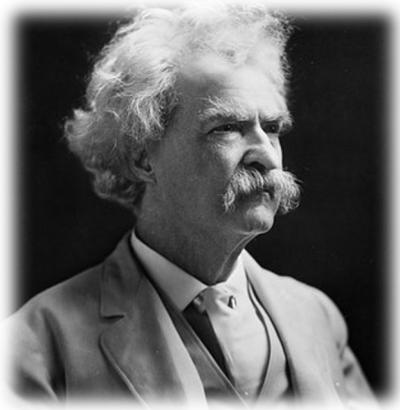
→ Unsere Schüler/innen lernen gegen ihren Bio-Rhythmus!

Gesundheits- und Bildungsforscher Professor Klaus Hurrelmann

## 2. Grundprinzip für Rhythmisierung

Biorhythmus: „Tageshochs“, „Tagestief“ und Mittagpause

... und noch ein ein „prominenter“ Tipp:



*Mark Twain*

„The right word may be effective,  
but no word was ever as effective  
as a rightly timed pause.“



SERVICEAGENTUR

ganztätig lernen.

NORDRHEIN-WESTFALEN

## 2. Grundprinzip für Rhythmisierung MittagsPause - Erholung und Entspannung



Soziale Kontakte pflegen



Ausruhen

Was ?

Wahlfreiheit



Sport, körperliche Aktivität  
und Spielen

Erfolg



Wie ?

Weitere Mitarbeiter\*innen in der Mittagspause



Wer ?

Eltern



3

Schüler\*innen (Mentoring)



Kooperationspartner



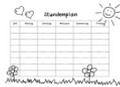
Schulsozialarbeit

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### 3.1 Schulebene/Takt – Das System lenkt

Systemisch (von außen) festgelegte und gelenkte Zeiten für Anspannung und Entspannung



Stundenplan, Schulkonzept, Gremien...



Jahres-, Wochen- und Tagesplanung nach rhythmischen Gesichtspunkten

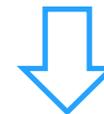


# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### 3.2 Unterrichtsebene = Lehrkraft (+ Lerngruppe) lenken (Äußere Rhythmisierung)

Die Lehrkraft lenkt, steuert, bestimmt – soweit möglich in Absprache mit der Lerngruppe – die Struktur des Unterrichts



Steuerung (differenzierter) Unterrichtsmethoden, Sozialformen und Arbeitsphasen  
(z.B. Freiarbeit, Wochenplan, Übungsphasen, Stationslernen)

## 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule H

#### 3.3 Individualebene = Kind/Jugendliche/r lenkt

(Innere Rhythmisierung)

Der Schüler/die Schülerin steuert individuell („automatisch“) seine/ihre Lernprozesse selbst.



# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### 3.3 Individualebene = Kind/Jugendliche/r lenkt

#### Was



Arbeit am Projekt, Freiarbeit...



Arbeit am Fördermaterial



Üben für und Bearbeitung einer Klassenarbeit („Zeitkorridor“)



Planung und Durchführung einer „Herausforderung“ usw.

#### Wann und Wo



Im Unterricht



Lernzeiten, außerunterrichtlichen Angebote, Pausen/Freizeit...



Im Lernbüro

usw.

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### 3.3 Individualebene = Kind/Jugendliche/r lenkt

Wie



Lernhilfen wahrnehmen



Entwicklung von Lernstrategien



Art und Weise von Teamarbeit



Kontakte zu anderen Kindern aufnehmen



Entspannungsphasen bewusst gestalten

usw.



### 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

#### Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

#### Gesamtübersicht

Ebene	Rhythmisierungsform: Wer lenkt?	Definition
Schule	<p><b>Veränderung des Taktes</b></p> <p>Takt – Das „System“</p>	Legt systemisch die Zeiten für Anspannung und Entspannung fest
Unterricht	<p>Äußere Rhythmisierung – Lehrer*innen + Lerngruppe</p>	Lehrkraft steuert mit/in der Lerngruppe den Wechsel von Arbeitsphasen, Methoden, Sozialformen usw.
Individuum	<p>Innere Rhythmisierung – Schüler*innen</p>	Steuerung der Lernprozesse durch Schüler*in selbst

### 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

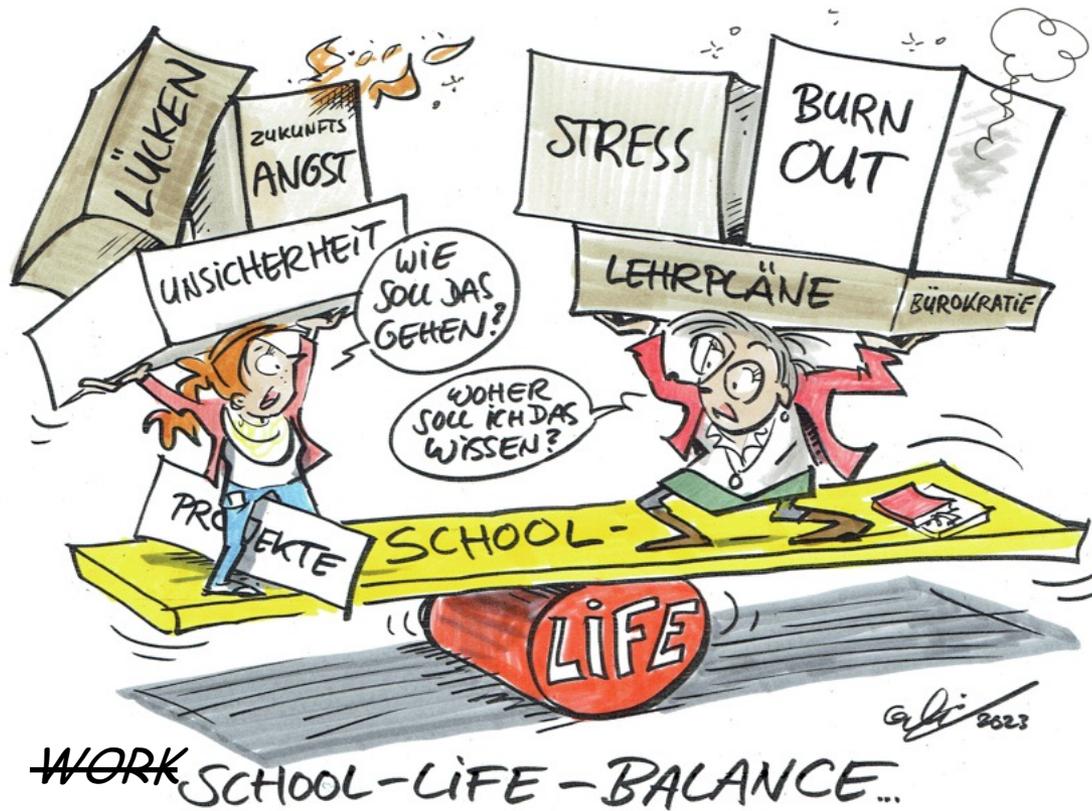
#### Drei Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

#### Veränderung des Taktes

Rhythmisierung ist weit mehr als  
„nur“ die Änderung des Taktes!



**Aber:**  
**Ein Zeitraster ‚weg von 45 Minuten‘  
bringt wichtige Entschleunigung!**



## 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

#### Veränderter Takt – Entschleunigung (60/67,5/75/90 Min usw.)

##### 🕒 Weniger

- gehetzte SuS und LuL = weniger Klassen/Fächer pro Tag
- Wechsel von Unterrichtsfächern und Lehrpersonen = ruhigeres Lernen
- Unruhe im Gebäude (weniger Raumwechsel und Wege für SuS + LuL)
- Lerngruppen am Tag = stressfreiere und gerechtere (?) Benotung

##### 🕒 Mehr Zeit und Ruhe

- in Arbeitsphasen
- in den praktischen Fächern (Ku, Te, Tex, Theater, Mu, (Sp)...
- für kooperatives Lernen, Gruppenarbeiten, Stationsläufe, Bewegungspausen, Orga-Gespräche für Klassenleitung...

### 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

#### Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

#### Veränderter Takt – Weitere Vorteile

- 🕒 Weniger Zeit/Möglichkeiten, das Schulgebäude zu verlassen (Rauchen...)
  - 🕒 Leichteres Gepäck für SchülerInnen und LehrerInnen (?)
  - 🕒 **Schülerorientiertes Lernen und Stärkung der Schüleraktivität und Selbstständigkeit sind besser möglich**
  - 🕒 Schulaufgaben können besser in den Unterricht integriert werden
  - 🕒 Häufiger ist der „richtige Lehrer“ da, um Fragen zu den Aufgaben zu stellen
  - 🕒 Bei experimentellen Fächern mehr Zeit für Versuche und für Vertiefung
- USW.

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### Veränderter Takt – Längst keine Ausnahme mehr...

Takte in GTS S I BR Münster 2020

→ 35 Schulen „neu“, 7 weitere ‚auf dem Weg‘

Taktform in Minuten	Anzahl Schulen
45	28
Mischform 45/90	8
90	3
<b>60</b>	<b>14</b>
60 vorm., 45/90 nachm.	4
60 vorm., 30 nachm.	1
67,5	4
67,5 vorm., 45 nachm.	1

Takte in Deutschland

Häufigkeit	Takt in Minuten
Häufig	90: Doppelstunden-Modell <b>60: Stunden-Modell</b>
Häufiger	65 67,6 70 Mischmodelle
Selten <b>75 als gute Variante!</b>	<b>75</b> → Folie 33 80 (2 x 40 Min.-Blöcke)

## 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

#### Veränderter Takt – Vorteile einer 60-Minuten-Taktung – auch für LK

Lehrerstunden		
45"		60"
28		21
26		19,5
24		18
22		16,5
20		15
18		13,5
16		12
14		10,5

- ⌚ Weniger Vertretungsstunden, die aber länger dauern → Vertretungskonzept !
- ⌚ Vertretungsstunden können schon ab der 3. Stunde abgerechnet werden. (=4 x45 min)
- ⌚ Weniger Vorbereitungsaufwand
- ⌚ Mehrere Reize pro Woche → Fremdsprachen
- ⌚ ...

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### Veränderter Takt – Beispiel 1 für eine 60-Minuten-Taktung

9	Unterricht Ganztag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1.	08:00 - 09:00 Uhr	Mathematik	1. Hj. Spanisch 2. Hj: Wirtschaft	GL	Wahlpflichtfach	Mathematik
2.	09:10 - 10:10 Uhr	Englisch	Deutsch	Religion	Chemie	Deutsch
	10:10 - 10:35 Uhr Frühstückspause					
3.	10:35 - 11:35 Uhr	Deutsch	Wahlpflichtfach	Mathematik	Englisch	Spot
4.	11:45 - 12:45 Uhr	Gesellschafts- lehre (GL)	Biologie	Chemie	Physik	1. Hj. Kunst 2. Hj. GL
5.1	12:50 - 13:20 Uhr	Lernzeit Klassenlehrer	Förder bis 13:35 Spanisch bis 13:50	Lernzeit Klassenlehrer	Lernzeit Klassenlehrer	Lernzeit Klassenlehrer
5.2	13:25 - 14:25 Uhr					
5.3	Mittagspause					
6	14:30 - 15:30 Uhr	Kunst		Sport	AG Spanisch	Religion

Beispiel Stundenraster 9

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### Veränderter Takt – Beispiel 2 für eine 60-Minuten-Taktung

#### Rosa-Park-GeS Herten

Stunde	Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1	08.00 - 09.00	U	U	U	U	U
	<i>Wechsepause</i>					
2	09.05 - 10.05	U	U/D	AG	U/GL	U
	<i>Spielpause</i>					
3	10.30 - 11.30	U	U	U	U	U/D
	<i>Wechsepause</i>					
4	11.35 - 12.35	U	FÖ	U	U	U
MZ 1	12.40 - 13.10	Mensa	U 12.40 - 13.40	Mensa	Mensa	OA/LRS
MZ 2	13.20 - 13.50	OA		OA	Tutor	
5	13.55 - 14.55	U/GL		SLZ	SLZ	
	<i>Wechsepause</i>					
6	15.00 - 16.00	U		U	U	

U/D: Individualisierter Sprachförderunterricht

SLZ: Selbstlernzeiten

OA: Offenes Angebot in der Mittagsfreizeit

AG: AG im Klassenverband

U/GL: Gesellschaftslehreunterricht

LRS: Lese- und Rechtschreibförderung

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### Veränderter Takt – Beispiel für eine 90-Minuten-Taktung

#### Rhythmisierung in der Ganztagschule – vorwiegend 90 Minuten

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00 - 8.45	Mathe	Technik	Deutsch	Englisch	Englisch
8.45 - 9.30	Mathe	Technik	Deutsch	Englisch	Englisch
10.00 - 10.45	Religion/PP	Deutsch	Religion/PP	Kunst	Chemie
10.45 - 11.30	Deutsch	Erdkunde	Biologie	Kunst	Chemie
11.45 - 12.30	Klassenrat	Mathe	Biologie	Mathe	Sport
12.30 - 13.30	Pause	Pause	Pause	Pause	Sport
13.30 - 14.15	Geschichte	Wahlpflicht	AW	AG	
14.15 - 15.00	Geschichte	Wahlpflicht	AW	AG	
15.00 - 15.45	Angebot	Angebot	Angebot	Angebot	

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### Veränderter Takt – Beispiel für eine 75-Minuten-Taktung

„Mathematisch beste Umrechnung vom 45-Minuten-Modell und öffnet sehr viele pädagogische Freiräume“ (Käthe-Kollwitz-Gesamtschule Leverkusen)



Abweichende Zeiten aufgrund der Corona-Pandemie sind möglich und werden über die Schulhomepage bekannt gegeben.

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

Veränderter Takt – Rhythmisierungsrechner zur Umrechnung in andere Zeitraster

### Berechnung nach Stunden

		Stelle			
		#WERT!	RS HS GS	Min/Woche	Stunden/Woche
Minuten		Wochenstunden		#WERT!	#WERT!
		#			
67,5	1:07	#WERT!	#WERT!		Gy Sek Ge (25,5)
45,0	0:45	#WERT!	#WERT!		Rs Hs Gs (28)
		Einheiten/Woche	Restzeit		

---

### Berechnung nach Stellen

		Stelle			
		Wochenstunden	Stelle	Min/Woche	Stunden/Woche
Minuten		Wochenstunden	RS HS GS	Min/Woche	Stunden/Woche
		14,00	0,50	630	10 : 30
60,0	1:00	10	0 : 30		Gy Sek Ge (25,5)
45,0	0:45	14	0 : 00		Rs Hs Gs (28)
		Einheiten/Woche	Restzeit		

Organisatorische Umsetzung:  
**Gesamtzahl** der zu unterrichtenden **Minuten** der 45-Minuten-Einheiten sind **einzuhalten!**

Von Christoph Gathmann,  
Ganztagsberater Sek. I im RB Köln

<https://www.ganztag-nrw.de/information/aktuelles/detailansicht/article/rhythmisierungsrechner-fuer-ganztagsschulen/>

→ Inklusive Anleitung

1. Grundschule 28
2. Hauptschule 28
3. Realschule 28
4. Gemeinschaftsschule 25 5

Kommentare an

Kommentare aus

### 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

#### Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

## Taktänderung – Aber wie?

Alle Fachgruppen müssen sich verständigen, wie viele Minuten zukünftig in welchem Jahrgang unterrichtet werden!

# 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

## Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

### Taktänderung – Aber wie?... Ein möglicher Weg

Phase / Schritt	Zum Beispiel
Phase I: „Ist-Stand ermitteln“	➤ Was stört SL, Lehr- und Fachkräfte, SuS, Eltern in Bezug auf Rhythmisierung...
Phase II: „Wünsche“	➤ Was wünschen sich LK, FK, SuS (Ki+Ju), Lehrkräfte bzw. wollen sie ändern?, Eltern...?
Phase III: Erdung → Ziele	➤ Was wollen (können wir realistisch) wir erreichen?
Phase IV: Planung - Weg zur Umsetzung	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Einrichtung einer Arbeitsgruppe</li> <li>➤ Informationen in anderen Beispiel-Schulen</li> <li>➤ Bei Taktänderungen: (Um-)Rechnen Studentafel</li> </ul>
Phase V: Evaluation	➤ Max. 1 Jahr Durchlauf auf Probe überprüfen

### 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

#### Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

**Taktänderung – Weitere Strategie: „Verkürzen statt Verlängern“**

40 statt 45 Min. zu Gunsten weiterer pädagogischer Vorhaben

→ Zusätzliche Angebote durch LK ohne Mehrarbeit!

## 3. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Ebenen der Rhythmisierung in der Schule

#### Taktänderung – Weitere Strategie: Strukturierung nach Lerntätigkeiten statt nach Fächern

- 🕒 geöffnete Lernformen mit v.a. selbstverantwortlichem Handel
- 🕒 unterschiedliche Lernwege für heterogenes Lernen
- 🕒 Unterricht aufgeteilt in Fachunterricht, Wochenplan- und Projektarbeit
- 🕒 Fachunterricht teils in Lehrgängen
- 🕒 Nebenfächer z. T. epochal, teils fächerübergreifend (ausgehend von Sachfächern/Deutsch)
- 🕒 Vertiefung der Unterrichtsinhalte in den Wochenplänen im Pflicht-, Wahlpflicht- und Individualbereich (v.a. auch Umgang mit Zeit, Eigenkontrolle und Zusammenarbeit)



SERVICEAGENTUR

*ganztätig lernen.*

NORDRHEIN-WESTFALEN

## 4. Grundprinzip für Rhythmisierung Digitales Leben – Anspannung oder Entspannung?

**Wichtige Vorbemerkung:**

**Bei „smarter Nutzung machen  
Smartphones produktiver!**

**Aber:**

## 4. Grundprinzip für Rhythmisierung Digitales Leben – Anspannung oder Entspannung?

Ein typischer Tagesablauf eines GenZ'lers in der digitalen Welt

Am Ende des Tages wurde/n...

- 🕒 bis zu 280x das Smartphone entsperrt (2015: 80x)
- 🕒 4 Std. auf digitalen Kanälen kommuniziert
- 🕒 400 Nachrichten gelesen und geschrieben
- 🕒 30 verschiedene Werbevideos/-storys gesehen
- 🕒 30 verschiedene Werbebanner gesehen
- 🕒 20 Überschriften überflogen
- 🕒 20 Storys geöffnet



## 4. Grundprinzip für Rhythmisierung

### Digitales Leben – Anspannung oder Entspannung?

Problematik	Hintergrund
<b>Süchtig machende Internet-Plattformen</b>	<p><b>Ausschüttung</b> von Oxytocin (= „<b>Kuschelhormon</b>“) fesselt unsere Aufmerksamkeit          → Kompensation von Alleinsein über soziale Medien bis hin zur          → „<b>Smartphone-(„App“)Sucht</b>“ (<i>noch</i> keine anerkannte Erkrankung)</p>
<b>Handydaumen</b>	<p>Veränderung des motorischen Kortex des Gehirns          → Mit <b>ø 6 Std. „Training“/178 m Scrollen</b> pro Tag meist genutztes Körperteil</p>
<b>FOMO (fear of missing out)</b>	<p>Vom „guten Gefühl“ des Austauschs zur (pathologischen) <b>Angst vor „Ausschluss“</b></p>
<b>Verringerung analoger Aufmerksamkeitsspanne und Konzentration</b>	<p>Enormes, einseitiges Training in der digitalen Welt (oft bis zu sechs Stunden täglich) verringert signifikant die Aufmerksamkeitsspanne in der analogen Welt (Simultanes „Multi-Screening“)</p>
<b>Verringerung der Entscheidungsfindung in der analogen Welt</b>	<p>Fähigkeit antrainierter, schneller Entscheidungen in der Onlinewelt führen umgekehrt zum Rückgang der (alleinigen) Entscheidungsfähigkeit in der Offline-Welt          → <i>Optionsvielfalt führt zu Optionsdepression = „<b>Ich habe aus dem reichhaltigen Buffet nie die beste Wahl getroffen</b>“</i></p>

## 4. Grundprinzip für Rhythmisierung Digitales Leben – Anspannung oder Entspannung?

### Zusammenfassung Prof. Montag zu „Smartphones in der Ganztagschule“!

1. Im Schulunterricht und in weiten Teilen des Ganztages eigene Smartphones verbieten, da die Gefahr durch Unterbrechungen und Ablenkungen zu groß ist!
2. Komplettes Smartphone-Verbot Sek. I ist Streitbar, aber unbedingt in Grundschul(en)alter keine Smartphones, da Kinder (und auch Jugendliche) besonders anfällig sind für Übernutzung für Social-Media-Apps und Freemium-Games (Candy Crush usw.)
3. Nach neuen Studien Hinweise, dass das Smartphone non-verbale Kommunikation und die Qualität der sozialen Interaktion reduziert → Förderung soziales Miteinander im GT!

#### Kein Pro-Argumente:

- „Kinder müssten den Umgang mit dem Smartphone früh lernen“: Simple Fähigkeiten, die in etwas höherem Alter in kürzester Zeit nachgeholt werden
- Erreichbarkeit für den Weg von/nach Hause für Eltern: Über „normales“ Mobiltelefon ohne Apps möglich.

## 4. Grundprinzip für Rhythmisierung

Analoges Leben und Lernen als wichtige Erholung vom digitalen Leben

Rhythmisierung

bedeutet auch

**Entspannung von digitaler Zeit**

**durch analoges Leben, Spielen und Lernen,**

und steht i.d.R. als objektiver Bedarf den subjektiven

Wünschen der Schüler/innen gegenüber!

→ „**Chancen des Ganztages**“!

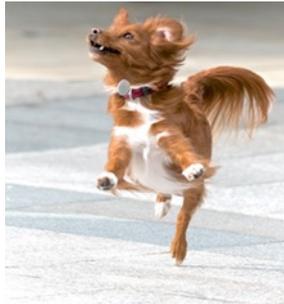


SERVICEAGENTUR

ganztätig lernen.

NORDRHEIN-WESTFALEN

# Rhythmisierung in der Schule – Anspannung und Entspannung



Bewegung...



Kunst



Handwerk



Schulgarten



Spiel...



**ANSPANNUNG**

**UNTERRICHT + DIGITALES UND WEITERES**



Musik

Sport!



Bernd Kasper / pixelio.de

*The power of the Pause*



Mittagessen und MittagsFreizeit



SERVICEAGENTUR

ganztägig lernen.

NORDRHEIN-WESTFALEN

# Rhythmisierung in der Schule – Anspannung und Entspannung



Ruhen und faulenzten...

Raus in die Natur



SuS-Helfer

Musik hören!



Jugendzentrum/  
Offene Angebote...



## ANSPANNUNG

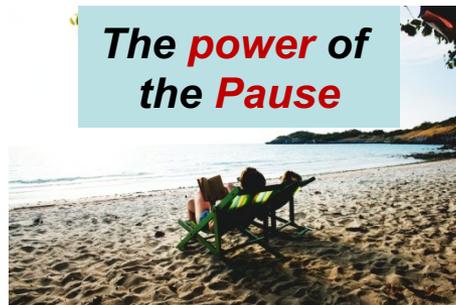


## UNTERRICHT + DIGITALES UND WEITERES



Soziale Kontakte pflegen

## The power of the Pause



Quatschen



SERVICEAGENTUR

ganztägig lernen.

NORDRHEIN-WESTFALEN

# 3. Gebundene GTS als Bildungs-, Lern-, und Lebensorte

u.a. nach 15.+16. Kinder- und Jugendbericht BRD (2017/2020)

Außerunterrichtliche Angebote

## „Was gehört dazu?“ – Räume

Rhythmisierung



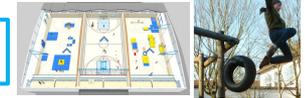
Räume für Anspannung und Entspannung



„Kulturräume“ (Musik, Theater, Handwerk...)



Bewegungsräume



Spielräume



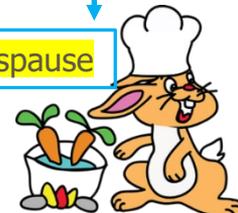
Ruheräume

„Jugendzentrum“/ Offene Angebote



Mensa u. SuS-Café

Mittagspause



Quelle: 3 x Homepage Unfallkasse NRW

## Räume im Ganzttag Sek. I



in Schule und Sozialraum

? .....



Lernzeiten



Unterricht, Schulaufgaben und Projekte

Fach-/Lern-/ Projekträume

Altersorientierte Schulhofgestaltung

