

Raum für Bewegung in der Schule

Hengstenberg-Arbeit als Beitrag zur Integrationspädagogik

Ulrike Barth

Wenn man die Tagespresse der letzten Jahre verfolgt, so werden immer wieder Artikel zu einem bestimmten Thema veröffentlicht: Kinder bewegen sich zu wenig! Jedes dritte Kind befindet sich wegen Sprach- und Entwicklungsstörungen in Therapie! Dabei wird in den Studien belegt, dass dieser eklatante Bewegungsmangel, der bis in die therapeutische Abhilfe mündet, auch Auswirkungen auf die Lernkompetenzen der Kinder hat.

Vorschulische und schulische Einrichtungen entdecken immer mehr die Notwendigkeit, spezielle Bewegungskonzepte in die Kindergärten und Schulen zu integrieren.

Die Waldorfschule Kreuzberg in Berlin hat schon seit mehr als 15 Jahren einen Förderbereich, der speziell darauf ausgerichtet ist, die Nachreifung der kindlichen Entwicklung anzuregen. Bislang kamen hauptsächlich diejenigen Kinder in den Genuss der so genannten »Extrastunde«, deren Bedürftigkeit zur Nachreifung offensichtlich war.

Schule hat hierbei immer einen besonderen Aspekt zu berücksichtigen: Es geht ums Lernen. Lernfähigkeit ist natürlicherweise vom ersten Augenblick im Leben gegeben, aber in der Schule ergeben sich neue Regeln. Plötzlich sollen viele Kinder in mehr oder weniger demselben Moment den ihrem Alter entsprechenden Lernstoff verarbeiten. Eben dies gelingt einigen Kindern nicht. Es gibt Kinder, die brauchen weniger, andere, die brauchen mehr Zeit. Natürlich schafft Waldorfschule an sich Voraussetzungen dafür, dass jedes Kind in seiner Individualität gefördert wird und es die seiner Entwicklung entsprechende Zeit dafür erhält. Trotzdem bleibt immer wieder gerade in der Unterstufe die Frage nach dem »Wie« der Förderung in den großen Klassen bestehen.

Eine Grundfrage ist immer wieder: Wie schaffe ich einen Raum und eine Umgebung, in der Kinder einen Ort finden, an dem sie Respekt und Zutrauen erfahren, so dass sie ihren eigenen Bewegungsleib ergreifen und ihre Sinne schulen. Erst hieraus kann die Bereitschaft entstehen, sich auf die kognitiven Lernsituationen einzustellen.

Gerade Kinder, die Besonderheiten zeigen, brauchen spezielle Unterstützung, um sich natürlich weiterzuentwickeln, von welchem Punkt auch immer dies ausgeht. Hier muss Vielfalt und doch Klarheit herrschen – und welches Kind ist nicht besonders?

Integration an der Waldorfschule

An der Freien Waldorfschule Kreuzberg gibt es seit Sommer 2003 ein Projekt, das bewusst versucht, Kinder mit erhöhtem Förderbedarf an unserer Schule aufzunehmen und sie mit zwei Pädagogen die meiste Zeit gemeinsam in einer Klasse zu unterrichten.

Unser Integrationsprojekt wurde durch ein Angebot des Senats ermöglicht, die Schule

räumlich zu vergrößern. So kamen wir überhaupt auf die Idee, unsere Schule um einen zweiten Zug zu erweitern. Mehr Raum bedeutet auch mehr Raum für die Förderarbeit. Als die Erweiterungsgedanken klar wurden, setzte ich gleich oben auf die Wunschliste einen Bewegungsraum für kleine Gruppen von Kindern. Dieser Wunsch wurde Wirklichkeit!

Gemeinsam begannen wir an den Stundenplänen zu arbeiten. Der »normale« Ablauf eines Hauptunterrichtes schien uns in der ersten Integrations-Klasse nicht haltbar. Wir öffneten die Zeiten, stellten an den Beginn eines jeden Tages eine »Bewegungszeit«. Dies bedeutet, dass die Förderlehrerin mit einem Teil der Klasse in die Bewegungsräume zur so genannten Hengstenberg-Arbeit geht, der Co-Lehrer mit einer anderen Gruppe zur Öffnung der Sinne ins Freie und der Rest der Klasse im Klassenraum bleibt, um dort zu üben, nachzuarbeiten, zu sprechen, den Klassenlehrer mal für sich zu haben oder anderes mehr.

Durchführung der Hengstenberg-Arbeit

Elfriede Hengstenberg war Gymnastiklehrerin in Berlin und forschte daran, wie man für Kinder eine natürliche Umgebung gestalten kann, in der sie sich ganzheitlich entfalten und/oder sich nachentfalten können. Schon in den frühen Jahren des letzten Jahrhunderts fragte sie danach, wie Kinder, die ihr inneres und äußeres Gleichgewicht verloren haben, Vertrauen, Ernst, Hingabe und Freude gewinnen können, um an ihre Lebensaufgaben heranzugehen.

Elfriede Hengstenberg wollte keine isolierten Übungen schaffen, die oberflächlich wirken. Sie nahm und entwickelte Geräte vor allem für das Balancieren und Klettern, die in engem Zusammenhang mit einer Lebenswirklichkeit stehen und natürliche Herausforderungen für Kinder bieten.

Dadurch können folgende Fähigkeiten entwickelt werden:

- Vertrauen in die eigene Geschicklichkeit
- kreative Bewegung
- Ernsthaftigkeit und Konzentration
- Schwierigkeitsgrade so zu bestimmen, dass eine realistische Selbsteinschätzung gelingt
- Fehler als hilfreich annehmen zu lernen
- Erkenntnis, dass ruhiges und gelassenes Vorgehen nicht anstrengt.

Diese Arbeit steht meiner Meinung nach in sehr engem Zusammenhang mit einer sinnvollen Förderarbeit, denn erst wenn die physischen und psychischen Voraussetzungen geschaffen sind, sind Kinder frei für das Lernen in der Schule.

Wenn wir danach fragen, wie wir den Kindern in einem Integrationsprojekt begegnen sollen, so müssen wir zunächst unsere Haltung gegenüber diesen Kindern überdenken. Es ist nicht wichtig, die Kinder allein nach ihrer Förderbedürftigkeit einzuordnen. Unsere Frage sollte sein, welches Vertrauen kann ich als Pädagoge in die Eigenschaften der Kinder setzen, sich selbst zu entwickeln, und wie kann ich die Entfaltung und Entwicklung

der Kinder beeinflussen? Unser Vertrauen in ihre Entwicklung hilft den Kindern mehr als der Blick auf Defizite.

Welcher Beitrag hierfür kann und muss also innerhalb einer bestehenden Schule geleistet werden? Welche Voraussetzungen können hierfür geschaffen werden?

Ausschlaggebend sind natürlich entsprechende Räumlichkeiten, genügend Zeit und die Gelassenheit des Erziehers. Sind diese Voraussetzungen erfüllt, lässt sich viel bewegen. Und oft entwickelt und entfaltet sich viel mehr, als wir jemals dachten.

Für alle Kinder der Unterstufe wurde ein Raum geschaffen, wo sie einfach nur *sein* können. Was wäre hierfür geeigneter, als sich mit der Hengstenberg-Arbeit zu beschäftigen?

Ich habe es mit Kindern zu tun, die alle in ihrer Individualität gesehen werden wollen, deren Eltern sich bewusst für eine »andere« Pädagogik entschieden haben. Die Kinder haben allerdings alle wenig Erfahrung, in einer Gruppe einfach nur *sein* zu dürfen. Eben jenseits des normalen schulischen Reglements.

Die erste Aufgabe besteht also darin, den Kindern den Raum zu bieten, aber eben auch für die Stimmung zu sorgen, dass dieser Raum etwas Besonderes ist.

Dies ist meiner Erfahrung nach nicht ganz leicht, da die Kinder diese Ansprache und diese Ruhe und vor allem diese Voraussetzung innerhalb der Schule grundsätzlich nicht gewohnt sind. In großen Gruppen herrscht ein anderer Ton als der, der bei der Hengstenberg-Arbeit notwendig ist. Und trotzdem gilt es, absolut klare Regeln einzuhalten, trotz der Freiheit des Tuns.

Wie schaffe ich also die Stimmung, dass in diesem Raum etwas anders ist?



Langsam werden die Kinder an die Geräte (Leitern, Hocker, Stangen, Röhren u.a.) herangeführt. Die Kinder arbeiten wochenlang an speziellen Sinnes- und Bewegungsübungen, um sich kennen zu lernen.

Ich beginne mit einer Struktur, die jedoch nicht reglementiert wird. Die Besonderheit liegt im Aufbau und der Aufgabenstellung, in der Ruhe, die herrscht, und in dem Platz, den jeder für sich hat. In den Gruppen von 6-7 Kindern, die morgens zum Unterrichtsbeginn für 30 Minuten zu mir kommen, werden die offiziellen »Förderkinder« mit allen inoffiziellen gemischt: Besondere Kinder mit anderen besonderen Kindern! Ein Kind mit Down-Syndrom und ein hochbegabtes und noch vier weitere kommen also regelmäßig, über ein ganzes Jahr. Jeder kommt an einem festen Tag in seiner festen Gruppe zu einer festen Zeit in einen gewohnten Raum zu immer derselben Lehrerin. Dieses *setting* schafft Sicherheit und Vertrauen.

Langsam werden die Kinder an die Geräte (hierbei handelt es sich um vielseitig verwendbare und teilweise bewegliche Holzelemente, u.a. Leitern, Hocker, Stangen) herangeführt. Wir bewegen uns langsam von den Übungen am Boden zu immer höheren Aufbauten. Jeder darf in seinem Tempo arbeiten. Keiner wird gedrängt. Die Kinder arbeiten wochenlang an speziellen Sinnes- und Bewegungsübungen, um sich kennen zu lernen. Um eine Stimmung zu erzeugen, wo wenig reglementiert werden muss, sondern durch das Tun klar wird, welche Regeln herrschen, gibt es wenig Regeln und die werden klar benannt, immer wieder. Das bleibt notwendig.

Die Kinder arbeiten allein und zu zweit, manchmal auch in der Gruppe. Es gibt immer einen vorbereiteten Raum. Zunächst ist es nicht immer leicht, aus einer ganz einfachen Vorgabe eine Zeit lang ein Gerät alleine zu erkunden. Manche Kinder werden schnell satt, wollen weiter, an ein anderes Gerät. Meist wollen sich die Kinder gegenseitig zeigen, was sie erkundet und herausgefunden haben. Es kann dann schnell ein neues Tempo entstehen, dann werden die Regeln wieder wichtig.

Nur durch die eigene Aufmerksamkeit der Kinder und ihr Bei-sich-Bleiben kann Sorge getragen werden, dass kein Kind ausrutscht oder gar abstürzt. Konzentration ist immer notwendig. Dadurch, dass es Gefahren gibt, lernen die Kinder, ihren persönlichen Schwierigkeitsgrad so zu bestimmen, dass sie sich selbst einschätzen können und diese Einschätzung ausgeweitet werden kann. Ein Zugewinn an Mut ist immer möglich! Aber nur eine realistische Selbsteinschätzung ermöglicht freies Tun, wobei eben auch immer die Fehler ihren Platz haben. Dadurch lernen sie. Aber durch wiederholtes Tun entsteht Sicherheit.

Nicht alle Kinder verfügen über die Ausdauer für immer neue Entdeckungen. Manchen wird es auch langweilig an einem Gerät. Hier wird die Fragehaltung des Pädagogen an das Kind wichtig: Einfühlsam und doch ein wenig leitend in neue und andere Richtungen. Oder eben die Freiheit haben, einfach zu sein oder auch zuzuschauen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist, dass es keine Turnmatten gibt, kein Netz, das einen auffängt: Die Situation ist echt. So erfahren die Kinder durch ihr Tun Eigenverantwortlichkeit pur. Sie erfahren auch, dass sie sich selbst und der Lehrer ihnen vertrauen kann. Nichts ist unmöglich, weil jeder auf sich achtet und alle anderen geachtet sind.

Manchmal entsteht ein schnelleres Tempo: Kinder wollen alle das besondere, neu aufgebaute und vielversprechende Gerät ausprobieren. Hier muss besondere Achtsamkeit geübt werden, und auch hier bleiben die Regeln konstant und klar.

Aber im Laufe des Jahres wird diese Arbeit an den Geräten ein Eckpfeiler der Toleranz

der Kinder untereinander. Alle respektieren das Tempo des anderen. Es gibt kein Gedränge, es herrscht eine gewisse Gelassenheit, weil alle gesehen werden und sich jeder seine Zeit am jeweiligen Gerät nehmen darf.

Dies war und ist der beeindruckendste Aspekt unserer gemeinsamen Arbeit: Wie Toleranz und Gelassenheit entstehen kann, durch einfaches Turnen an Holzgeräten. Achtsamkeit, die anders immer schwer zu vermitteln ist, vor allem Kindern in diesem Alter.

Eingebunden sein in die Gruppe ist absolut und hundertprozentig möglich, weil ja jeder seine Zeit und seinen Raum hat.

Wenn also ein Kind, das mit großen Bewegungsproblemen und einer sehr starken Weitsichtigkeit an die Schule kam, das ganze Jahr über an den Balancierstangen übt, bis es schafft, darauf zu laufen, dann ist das in Ordnung. Für das Kind – für die anderen Kinder – für mich.



Die Übungen reichen von einfachen, am Boden liegenden Geräten zu immer höheren Aufbauten, die auch mit verbundenen Augen erklommen werden. Der beeindruckendste Aspekt der gemeinsamen Arbeit: es entsteht Toleranz und Gelassenheit zwischen den Kindern.

Zur Autorin: Ulrike Barth, Jahrgang 1966, Waldorflehrerin, Sonderpädagogin, Lerntherapeutin (FIL) und Erwachsenenbildnerin, seit 10 Jahren als Förderlehrerin an der Freien Waldorfschule Kreuzberg.

Literatur:

Hengstenberg-Projekt-Bericht, Basisgemeinde Wulfshagenerhütten und Prenzlauer Berg, Berlin
Elfriede Hengstenberg, Entfaltungen. Bilder und Schilderungen aus meiner Arbeit mit Kindern. Mit Kindern wachsen Verlag, Emmendingen ³2002. Spiel- und Bewegungsmaterial nach Hengstenberg zu beziehen über die Basisgemeinde Wulfshagenerhütten, www.basisgemeinde.de. Fortbildungsmöglichkeiten in der Hengstenbergarbeit bei Ute Strub, ute.strub@telda.net oder Uli Trischler, uli.trischler@t-online.de