

Geregeltes Gerangel in der Pause

Zum Auftakt des Projekts „Wilde Pause“ haben Ringer der TSG Backnang Drittklässlern der Conrad-Weiser-Schule erklärt, wie sie miteinander raufen können und beim Kräftenessen trotzdem fair und respektvoll miteinander umgehen. Die „Wilde Pause“ hält an etlichen Schulen Einzug.

VON NICOLA SCHARPF

ASPACH. Auf Matten in der Sporthalle dürfen die Kinder der beiden dritten Klassen an der Aspacher Conrad-Weiser-Schule an diesem Vormittag das, was ihnen sonst in der Schule, auf dem Pausenhof und meistens auch in der Freizeit verboten wird: Sie dürfen ringen, raufen, rangeln, sich an den Schultern packen und gegenseitig zu Fall bringen, paarweise aufeinander liegend schieben und rollen und drücken, bis einer von der Matte fällt. Es ist zum ersten Mal „Wilde Pause“ angesagt und die Kinder haben sichtlich Spaß daran, ihre Kräfte zu messen. Angeleitet werden sie dabei von Werner Stradinger und Joachim Krohlas von den Ringer der TSG Backnang, die den Kindern an diesem Auftaktvormittag wichtige Dinge für das geregelte Gerangel erklären, Bewegungs- und Körperkontaktspiele machen und praktische Techniken zeigen.

Raufen ist Ausgleich zum Sitzen und zum Input in der Schule

In Zukunft übernimmt das Team des Großaspacher Modells die Anleitung, wenn immer dienstags Zeit für die „Wilde Pause“ ist. Die CWS ist nicht die erste Schule in der Umgebung, die das Projekt, an dem sich die Kinder freiwillig beteiligen können, anbietet. Auch an den Grundschulen in Oppenweiler und Heiningen beispielsweise waren die Ringer der TSG schon zu Auftaktveranstaltungen vor Ort. Burgstetten ist seit diesem Schuljahr ebenfalls mit dabei.

Eigentlich ist es ein Grundbedürfnis von Kindern, sich zu bewegen, sich und andere körperlich zu erfahren und zu spüren. „Aber die Kinder sind zum Teil nicht ausgelastet“, sagt Werner Stradinger. „Das ist dann schwierig, auch für die Lehrer im Unterricht.“ Das Angebot zum Raufen soll „Ausgleich zum Sitzen und zum Input in der Schule“ sein, sagt Schulsozialarbeiterin Kim Zackel. Neben der Möglichkeit zu körperlichem Training im bewegungsarmen Schul- und Betreuungsalltag soll die „Wilde Pause“ den Kindern auch bei der Entwicklung von sozialen Kompetenzen helfen: Empathie und Respekt füreinander aufbauen, Berührungssängste und Vorurteile abbauen, eigene Fähigkeiten richtig einschätzen lernen.

Es kommt vor allem auf Köpfchen und Taktik an

„Sie erleben dabei auch Überraschendes“, so Zackel. „Zum Beispiel, dass es nicht nur auf die Kraft ankommt, sondern auch auf Köpfchen oder Taktik.“ Vom Austausch mit anderen Schulen, an denen sich die „Wilde Pause“ schon etabliert hat, weiß Zackel: „Das Angebot wird überrannt. Es stärkt unheimlich das Selbstwertgefühl der Kinder.“

„Wo bin ich stark? Wo bin ich schneller als andere? Wie können wir fair miteinander kämpfen? Wie ermitteln wir einen Sie-



Die Drittklässler lernen, wie sie miteinander raufen und ringen können, ohne sich dabei wehzutun.

Fotos: Alexander Becher

ger?“, erklärt es der TSG-Trainer Joachim Krohlas den Kindern. „Alles, was wehtut, ist verboten. Aber ich darf festhalten. Wenn ich den anderen auf die Schultern legen und festhalten kann, dann habe ich gewonnen.“ Die Schüler raufen nach Regeln, die sie zuvor miteinander festgelegt,

auf Plakate geschrieben und diese an die Wand der Halle geklebt haben. Zum Beispiel: nicht kratzen, beißen, schlagen, zwicken, treten. Ans Ritual zur Begrüßung und zum Abschied denken. Start aus dem Kniestand. Die Raufzeit von zwei Minuten pro Team beachten.

Die „Wilde Pause“ soll dazu beitragen, dem Ringen und Raufen den „negativen Touch“, wie Zackel es sagt, zu nehmen. Ringen und Raufen ist auch im Bildungsplan unter anderem für den Grundschulsportunterricht verankert. Projektziel ist, bei der Gewaltprävention unterstützend zu wirken.

Das Projekt „Wilde Pause“

Initiator Dieter Winter, Polizeioberkommissar beim Polizeirevier Esslingen, arbeitete in der Zeit von 2009 bis 2021 als Präventionsbeamter mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Neben seiner Weiterbildung als Psychologischer Berater beschäftigte sich der Kommissar auch über seinen dienstlichen Rahmen hinaus mit der Gewaltprävention. Es war ihm ein Herzensanliegen, die 2013 von ihm konzipierte „Wilde Pause“ als Präventionsmaßnahme für Kinder im Rahmen der schulischen Gewaltprävention ins Land zu tragen.

Zielgruppe Anfänglich war der Fokus des Projekts auf Jungen gerichtet, die eher auffallen, wenn sie zappelig auf dem Stuhl sitzen oder nicht wissen, wo sie mit ihrer Energie hinsollen, sodass es zu unkontrollierten körperlichen Ausbrüchen kommt. Die Praxis über zehn Jahre hinaus zeigte jedoch, dass Mädchen von dem Konzept ebenso profitierten.

Konzept Der Kern des Konzepts beinhaltet ein Selbstwahrnehmungs-, Sozialkompetenz- und Körpertraining, keine Konfliktlösung zwischen Kindern auf

der Matte. Die Selbstwirksamkeitserfahrungen, die beim Raufen stattfinden können, sind als Ansatz zur Resilienzförderung zu verstehen. Mancher Junge und manches Mädchen ist erstaunt über die eigenen persönlichen Ressourcen, aber auch über die Grenzen, sich körperlich behaupten zu können. So wird die Selbstwahrnehmung der Kinder spielerisch trainiert, denn viele Kinder treffen Fehleinschätzungen bei den eigenen Kräften – auch teilweise beeinflusst durch unrealistische Erfahrungen in der virtuellen Welt.



TSG-Trainer Joachim Krohlas ist manchmal mittendrin dabei.