



Ludwig Boltzmann Institut
Health Promotion Research

an institute of the



Ludwig Boltzmann Gesellschaft

Zeit – Zeiträume – Pausengestaltung an Schulen

Zwischenbericht

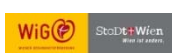
Edith Flaschberger
Lisa Lehner
Susanne Vogl
Friedrich Teutsch
Lisa Gugglberger
Simone Grandy
Felix Hofmann
Rosemarie Felder-Puig

September 2014

In cooperation with:



Co-funded by:



Institutsleiter:

Priv.Doz. Mag. Dr. phil. Wolfgang Dür

Stellvertretende Institutsleiterin:

Mag.^a Rahel Kahlert, Ph.D., M.P.Aff

Projektleitung:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Edith Flaschberger

Projektteam (in alphabetischer Reihenfolge):

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Rosemarie Felder-Puig, MSc

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Edith Flaschberger

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Simone Grandy

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Lisa Gugglberger

Mag. Felix Hofmann

Lisa Lehner, BA BA MA

Mag. Friedrich Teutsch

Dipl.-Soz.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Susanne Vogl

Korrespondenz:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Edith Flaschberger, edith.flaschberger@lbhpr.lbg.ac.at

Zitationsweise:

Flaschberger, Edith, Lehner, Lisa, Vogl, Susanne, Teutsch, Friedrich, Gugglberger, Lisa, Grandy, Simone, Hofmann, Felix, Felder-Puig, Rosemarie (2014): Zeit – Zeiträume – Pausengestaltung. Zwischenbericht. Wien: LBIHPR Forschungsbericht.

IMPRESSUM**Medieninhaber und Herausgeber:**

Ludwig Boltzmann Gesellschaft GmbH
Nußdorfer Straße 64/ 6. Stock, A-1090 WIEN
<http://www.lbg.ac.at/lbg/impressum.php>

Für den Inhalt verantwortlich:

Ludwig Boltzmann Institut Health Promotion Research (LBIHPR)
Untere Donaustraße 47/ 3.OG, A-1020 Wien
<http://lbhpr.lbg.ac.at/>

Inhalt

Danksagungen	5
1 Projektbeschreibung	7
1.1 Hintergrund und Forschungsfragen	7
1.2 Erhebungsschritte im Überblick	8
2 Erste Ergebnisse.....	9
2.1 Wissenschaft und Praxis – Zusammenfassende Darstellung der bisherigen Ergebnisse aus Literaturanalyse und Expert/inneninterviews.....	9
2.1.1 Die Rolle der Lehrer/innen	9
2.1.2 Schulentwicklung	10
2.1.3 Chronobiologie.....	10
2.1.4 Die rechtliche Situation in Österreich.....	10
2.1.5 Volksschulen.....	11
2.1.6 Zusammenhang von zeitlicher mit räumlicher Gestaltung	11
2.1.7 Pausengestaltung	12
2.1.8 Ganztagschulen	12
2.1.9 Rhythmisierung.....	12
2.2 Ergebnisse der Schulleiter/innenbefragung 2014.....	13
3 Fazit zum jetzigen Zeitpunkt	14
4 Literatur.....	15

Danksagungen

Wir bedanken uns bei folgenden Expert/inn/en (in alphabetischer Reihenfolge) für Interviews und/oder Hinweise zu Literatur, Dokumenten und „Good-Practice“-Schulen:

Dr. Friedrich Fröhlich – BMBF

Dr.ⁱⁿ Maria Fuchsreiter – BMBF

Reg.Rätin Regina Grubich-Müller – SSR Wien

Dr.ⁱⁿ Claudia Jäger – BMBF

Mag.^a Doris Kuhness – Styria vitalis

Mag.^a Anja Matschilnig –KGKK

Dr.ⁱⁿ Eva Mitterbauer – PH Wien

Patrizia Nikzad – NGKK

Michaela Partel, BA - StGKK

MR Dr. Günther Pfaffenwimmer – BMBF

Mag.^a Renate Reingruber – NÖ Gesundheits- und Sozialfonds

Dr. Michael Sörös – SSR Wien

1 Projektbeschreibung

1.1 Hintergrund und Forschungsfragen

Zeit kann sozialwissenschaftlich als komplexes und multi-dimensionales Phänomen gesehen werden: Beispielsweise können Zeitrahmen, Zeiteinteilung bzw. soziale Organisation von Zeit, menschliches Erleben von Zeit (z.B. im Sinne vom Heranwachsen und Älterwerden), Geschwindigkeit, Zeitdauer oder Sequentialität (d.h. Zeitabläufe) als unterschiedliche Phänomene behandelt und untersucht werden (vgl. Adam 2008).

In Schulen spielt Zeit eine große Rolle. Schulstunden haben einen festgelegten Zeitrahmen und sind darüber hinaus in einem Stundenplan für den ganzen Wochentag bzw. für das Schuljahr festgelegt. Auch Pausen werden mit einer bestimmten Zeitdauer veranschlagt. In den Unterrichtsstunden wird ein jeweils unterschiedliches Lerntempo vorgegeben. Neuere Konzepte der Schulorganisation sehen auch ganztägige Schulformen vor, die eine neue Art der Zeiteinteilung und des Zeitverständnisses mit sich bringen (vgl. z.B. Roth 2011). In höheren Schulen sind schon seit langem wöchentliche Unterrichtszeiten von bis zu 40 Stunden üblich, was Herausforderungen in der zeitlichen Organisation für alle Beteiligten bedeuten kann.

Für die Schüler/innen bedeutet „Zeit“ etwas anderes als für Erwachsene; sie haben eine andere Zeitwahrnehmung bzw. ein anderes Zeitbewusstsein und kommen in der Schule häufig zum ersten Mal mit einer gesellschaftlichen Institution in Berührung, die stark am rational geprägten Zeitverständnis der Erwachsenen orientiert ist (Kolbe et al. 2006).

Insbesondere in Hinblick auf innovative Formen der Lernorganisation werden neue Formen der Zeitgestaltung gegenüber den traditionellen schulischen Abläufen notwendig. Das Ziel ist hier zumeist eine Steigerung der Lernleistung der Schüler/innen, jedoch konnte in einer ersten vergleichenden Analyse gezeigt werden, dass sich diesbezüglich lern- und gesundheitsförderliches Lehren und Lernen eher ergänzen und decken als umgekehrt. So ist zum Beispiel individualisiertes Lernen bzw. differenziertes Lehren einfacher möglich, wenn größere Zeiträume am Stück zur Verfügung stehen (vgl. auch Felder-Puig et al. 2011; Flaschberger & Gugglberger, in Druck).

Gleichzeitig ist auch eine Tendenz zur Erweiterung des Angebots von Ganztagschulen in Österreich zu erkennen, was sich naturgemäß auf die zeitliche Gestaltung von Schulen auswirkt. Das Konzept von Ganztagschulen ist also ein wichtiges Thema in diesem Kontext und wird zwar von uns berücksichtigt, ist aber natürlich neben Argumenten hinsichtlich der leistungs- und gesundheitsförderlichen Wirkung auch ein sozial- und familienpolitisches Thema. Argumente dafür und dagegen sind gleichermaßen zu finden. Im Sinne der ungleichen Verteilung von Bildungschancen wären Ganztagschulen jedoch anzustreben, da gerade bildungsfernere Schichten von einem verschränkten Angebot profitieren können. Das vorliegende Projekt beschäftigt sich allerdings generell mit Möglichkeiten für neue Formen der Zeitgestaltung an Schulen, nicht nur für Ganztagschulmodelle.

In verschiedenen Forschungsbereichen wie den Neurowissenschaften, der Lernpsychologie, der Schlafforschung oder der Gesundheitsförderungsforschung werden gesundheitliche, aber auch leistungsbezogene Aspekte im Zusammenhang mit schulischer Zeiteinteilung und -strukturierung untersucht. Ein Beispiel dafür sind optimale Beginnzeiten des Unterrichts nach Alter der Schüler/innen, die Rhythmisierung von Unterrichts- und Erholungsphasen oder eine Pausengestaltung, die den Bedürfnissen der Schüler/innen und auch Lehrer/innen entgegenkommt und zu mehr Erholung, Wohlbefinden wie auch Leistungsfähigkeit beiträgt.

Für das hier dargestellte Forschungsprojekt beziehen wir uns zum einen auf die Erkenntnisse zu den Themen „Zeit“, „Zeiträume“ und „Pausengestaltung“ an Schulen aus diesen

unterschiedlichen Disziplinen und zum anderen auf neu gewonnene, österreichspezifische Daten im Rahmen dieser Studie. Zusammengefasst lauten unsere Forschungsfragen:

- Welche Empfehlungen gibt es aus Sicht der Wissenschaft bzw. von Expert/inn/en hinsichtlich der zeitlichen Gestaltung an Schulen im Sinne einer Gesundheits- sowie Leistungsförderung?
- Wie können diese Empfehlungen an Österreichs Schulen in der Praxis umgesetzt werden?
 - Wie kompatibel sind sie mit der rechtlichen Situation?
 - Welche förderlichen und hinderlichen Faktoren gibt es an den Schulen?

1.2 Erhebungsschritte im Überblick

- **Literaturrecherche und -analyse** zu den Themen „Zeit“, „Zeiträume“ und der „Pausengestaltung“ an Schulen
- Aufarbeitung der **rechtlichen Situation** zum Thema– welche Vorgaben gibt es in den relevanten österreichischen Gesetzen, welchen Interpretationsspielraum gibt es, was ist Schulen erlaubt, was nicht erlaubt, etc.
- Ergänzend zur Literaturstudie und um einen stärkeren Österreichbezug herzustellen: Durchführung und Analyse von fünf leitfadengestützten **Interviews mit Expert/inn/en** aus verschiedenen Forschungs-/Praxisbereichen
- Analyse der Daten aus der **österreichweiten Schulleiter/innenbefragung 2014** hinsichtlich nicht-traditioneller Modelle der Zeitstrukturierung, Meinung zu rechtlichem Spielraum, Pausengestaltung u.ä.
- Identifikation von mind. fünf **„Promising Practice“-Schulen** und von mind. fünf **„Normal Practice“-Schulen** verschiedener Schultypen und Durchführung und Analyse von leitfadengestützten **Interviews mit den Schulleiter/inne/n** und evtl. auch Lehrer/inne/n an den jeweiligen Standorten

Dadurch soll dargestellt werden, welche positiven Veränderungen unter gewissen Bedingungen hinsichtlich zeitlicher Restrukturierung möglich sind, aber auch, welche hinderlichen Faktoren es im österreichischen Kontext gibt bzw. geben kann. Die Perspektiven von Schulleiter/inne/n und Lehrer/inne/n sollen untersucht werden, um ein Verständnis von organisatorischen Voraussetzungen als auch praktischen, unterrichtsrelevanten Aspekten zu bekommen.

2 Erste Ergebnisse

Zum Zeitpunkt des Verfassens des vorliegenden Berichts (Anfang September 2014) wurden folgende Schritte (zumindest zu einem großen Teil) durchgeführt: Literaturrecherche und -analyse inklusive Aufarbeitung der rechtlichen Grundlagen, Durchführung von Interviews mit Expert/inn/en und erste Ergebnisse zu den relevanten Fragen aus der Schulleiter/innenbefragung 2014.

Im Folgenden soll nun ein erster Überblick über die bis dato gewonnenen Erkenntnisse gegeben werden. **Wichtig ist dabei, die dargestellten Ergebnisse nicht als letztgültig zu betrachten, da der Teil mit den Erhebungen an Schulen noch aussteht, der entscheidende neue Erkenntnisse hinsichtlich der praktischen Aspekte der innovativen Zeitgestaltung an Schulen mit sich bringen kann, und wahrscheinlich auch noch zusätzliche Quellen mit eingearbeitet werden.**

2.1 Wissenschaft und Praxis – Zusammenfassende Darstellung der bisherigen Ergebnisse aus Literaturanalyse und Expert/inneninterviews

Die zeitliche Gestaltung von Schule ist zwar kein neues oder gänzlich unerforschtes Thema, doch sie wird in der Praxis der Gesundheitsförderung als auch der Schulentwicklung immer wieder vernachlässigt. Dabei gibt es zahlreiche Hinweise, dass veränderte zeitliche Strukturen positive Auswirkungen auf Wohlbefinden und schulische Leistungen haben können. Die Blockung von Stunden etwa, die längere Unterrichtszeit am Stück erlaubt und, daraus resultierend, auch längere Pausen am Stück, kann sowohl aus leistungs- wie auch aus gesundheitsbezogener Perspektive als sinnvoll erachtet werden. So können aus Sicht der Expert/inn/en zahlreiche didaktische Konzepte wie z.B. Differenzierung erst durch geblockte Stunden gut verwirklicht werden, denen auch in wissenschaftlichen Studien mitunter erhöhte Wirksamkeit im Sinne von Leistungsförderung attribuiert wird (vgl. z.B. Felder-Puig et al. 2011). Dies aber alles natürlich nur unter bestimmten Rahmenbedingungen, die im Folgenden erörtert werden sollen.

2.1.1 Die Rolle der Lehrer/innen

Natürlich hat eine Restrukturierung des Schulalltags auch Auswirkungen auf Schüler/innen, Lehrer/innen und Eltern. Diskutiert wird etwa, dass Lehrer/innen von einer Veränderung der Zeitstrukturen profitieren können, aber es natürlich auch – gerade in der Anfangsphase – zu vermehrten Belastungen kommen kann (vgl. z.B. Holtappels 1995). Zudem sei zu beachten, dass Lehrkräfte durch veränderte zeitliche Strukturen alleine ihren Unterricht nicht unbedingt verändern bzw. dass die Veränderung der didaktischen Prozesse eigentlich der zeitlichen Restrukturierung vorgelagert sein sollte (vgl. auch Kolbe et al. 2006). Ohne auch entsprechende Weiterbildungen in Didaktik für Lehrer/innen zu forcieren, wären etwa Blockbildungen nicht zielführend – wie etwa in einer Schweizer Studie zu lesen ist (Wicki & Dietrich 2007). Auch in US-amerikanischen Studien wird dem Umgang mit bzw. der Vorbereitung von Lehrpersonen auf (Block-)Unterricht mehr Bedeutung zugewiesen als der Einführung des Blockunterrichts an sich (vgl. Jenkins et al. 2002). Für noch tiefgreifender veränderte Zeit- und Unterrichtsstrukturen, wie etwa die Einführung von Jahrganggruppen inklusive Jahres- und Wochenarbeitsplänen, Werkstätten- oder Lernbüro-Organisation oder Stundenverkürzungen und dadurch Möglichkeiten zur spezifischen Förderung in den „gewonnenen“ Unterrichtseinheiten, ist insbesondere auch

Kooperation und Koordination im Lehrer/innenteam erforderlich (vgl. z.B. Kolbe et al. 2006). Es zeigt sich aber, z.B. bei der Entwicklung von Ganztagsschulangeboten, dass diese häufig – auch in gebundener Form – zu einer Art Fortführung des Halbtagsangebotes werden, weil Gewohnheiten, Denkmuster und Organisation der Lehrpersonen sich nur schwer von dem lösen können, was sie traditionell gewohnt sind, gelernt und gelebt haben (ebd.).

2.1.2 Schulentwicklung

Dies weist darauf hin, dass zeitliche Veränderungen in der Unterrichtsgestaltung nicht isoliert betrachtet werden können, sondern im Sinne eines Gesamtkonzepts der Schulentwicklung mit möglichst allen Beteiligten bearbeitet werden sollten. Schulentwicklung wird als kollektiver Prozess auch von vereinzelt, nicht systematisch umgesetzten Entwicklungen an Schulen unterschieden (vgl. Krainz-Dürr 2006). Für die zeitliche Neustrukturierung kann fast immer nur ein schulweiter Prozess in Frage kommen; Zeitstrukturen im Schulalltag betreffen meist alle Personen einer Schule.

2.1.3 Chronobiologie

Ein späterer Schulbeginn, insbesondere für Schüler/innen der Mittel- und Oberstufe, wird aus Sicht der Chronobiologie als zielführend gesehen, um bei den Jugendlichen in der Pubertät Schlafmangel und die daraus resultierenden Probleme von Konzentrationsschwierigkeiten über verstärkte Neigung zu depressiven Verstimmungen bis hin zu schlechteren schulischen Leistungen zu minimieren (vgl. z.B. Warner et al. 2008). Für die Verschiebung der Schlafphasen (späteres Zu-Bett-Gehen) der jungen Menschen werden mittlerweile nicht nur soziale, sondern auch biologische Gründe angenommen, die den Schlafrhythmus inkompatibel mit früherem Schulbeginn (d.h. um 8:00 oder davor) machen (vgl. z.B. Louzada et al. 2008).

Eine rezente Studie aus den USA zeigte in einer experimentellen Verschiebung des Schulbeginns von 8:00 auf 8:25 zahlreiche signifikante Verbesserungen bei den Schüler/innen (Durchschnittsalter: 15,6 Jahre) hinsichtlich Schlafdauer, Laune, Tagesmüdigkeit und Koffeingebrauch auf (Boerger et al. 2014). Die Ergebnisse einer weiteren US-amerikanischen Studie waren ebenfalls signifikant hinsichtlich Verbesserung der Schlafdauer und -zufriedenheit, Motivation und Verringerung von depressiven Verstimmungen bei 14- bis 18-jährigen Schüler/innen durch die Verschiebung des Schulbeginns von 8:00 auf 8:30 (Owens et al. 2010). Ein weiterer zusätzlicher Aspekt kann die Präferenz des Schlafzyklus sein: Sogenannte „Abendmenschen“ haben es schwerer mit früheren Beginnzeiten, was sich auch im Gegensatz zu den Jugendlichen, die eher zu den „Morgenmenschen“ gehören, in einer verstärkten Vulnerabilität hinsichtlich schlechterer Laune, Tagesschläfrigkeit, verringertem Konzentrationsvermögen und den daraus entstehenden Problemen im Schulalltag widerspiegelt (Warner et al. 2008). Für diese Gruppe von Schüler/innen ist also die für alle ohnehin erschwerende Umstellung der zirkadianen Rhythmen noch schwieriger.

Eine weitere, auch von Expert/inn/en genannte Möglichkeit, den Schulbeginn morgens anders zu gestalten, ist eine gleitende Anfangsphase, wo Schüler/innen anwesend sein können, aber nicht müssen, und in dieser Zeit auch „langsam an konzentrierte Phasen herangeführt“ werden (Holtappels 1995, S.221). In diesem Zusammenhang wird eine langjährige Forderung im Bereich der Förderung von gesunder Ernährung interessant: ein gemeinsames, gesundes Frühstück zu ermöglichen; gerade für Schüler/innen, die vielleicht zu Hause dem nicht nachkommen (können) und sonst mit leerem Magen in den Schultag starten würden.

2.1.4 Die rechtliche Situation in Österreich

Die rechtliche Situation in Österreich scheint es ohne größere Schwierigkeiten zu erlauben, Unterrichtsstunden zu blocken bzw. den Unterrichtsbeginn zu verschieben. Es kann vor allem

sein, dass sich praktisch Schwierigkeiten auftun, was noch mit den Untersuchungen an Schulen im Herbst/Winter 2014 ermittelt werden soll; aus rechtlicher Sicht bzw. aus Sicht der Zuständigen auf Bezirks- oder Landesebene scheint allerdings nichts dagegen zu sprechen, derartige Änderungen der zeitlichen Gestaltung an Schulen vorzunehmen. Der grundlegende Rahmen, der von Bund bzw. Land vorgegeben ist, muss natürlich eingehalten werden, und im Falle von schulautonomen Änderungen muss gegebenenfalls das Einverständnis von Schulgemeinschaftsausschuss, Schulforum oder auch Landesschulrat eingeholt werden.

Will man an einem Schulstandort mehr verändern, als es der gesetzliche Rahmen zulässt, kann auch ein Schulversuch eingereicht werden. Jedoch ist es rechtlich (Schulzeitgesetz, Lehrer/innendienstrecht) prinzipiell möglich, Schulstunden auf 45 Minuten zu verkürzen oder zu blocken (zu 90- bzw. 100-Minuten-Einheiten), Pausenzeiten zu ändern (unterschiedliche Vorgaben je nach Bundesland, Schultyp und manchmal auch -stufe, aber zumeist längstens 20 Minuten am Stück außerhalb von Mittagspausenregelungen) oder auch den Schulbeginn zu verschieben.

2.1.5 Volksschulen

Im Volksschulbereich scheint eine innovative Zeitgestaltung des Schulalltags schon häufiger umgesetzt zu werden als in anderen Schultypen. Das hängt damit zusammen, dass es sich bei Volksschulen nicht um sogenannte „Fächerschulen“ handelt, d.h. eine Lehrperson ist – mit Ausnahme von Religionsunterricht oder manchmal auch anderen Fächern – den ganzen Schultag mit der Klasse zusammen. Ein stärker an den Bedürfnissen der Schüler/innen angepasster Wechsel von Phasen der Konzentration und der Erholung ist hier leichter möglich.

2.1.6 Zusammenhang von zeitlicher mit räumlicher Gestaltung

Generell ist ein „Mehr“ an Orientierung an den Bedürfnissen der Schüler/innen, gerade auch in Hinblick auf Ganztagschulen, wünschenswert. Dabei wird immer wieder auf die Wichtigkeit hingewiesen, Schüler/innen die Möglichkeit zu bieten, Pausen und Erholungsphasen nach ihren Wünschen und flexibel gestalten zu können. Dies bedingt natürlich einerseits das Vorhandensein von Ressourcen; vor allem räumliche Ressourcen, aber auch materielle/finanzielle etwa für Pausenaufsicht, für die Ausstattung für Sport-, Spiel- oder Erholungsphasen. Andererseits ist die Idee, Schüler/innen stärker selbstgesteuert ihre Pausen zu gestalten, nicht von derartigen Ressourcen abhängig. Dies kann beispielsweise auch in geblockten Stunden mit Freiarbeit und dabei freier Pauseneinteilung geschehen.

Die eben genannten räumlichen Gegebenheiten haben natürlich großen Einfluss auf die zeitliche Gestaltung und umgekehrt. Für Erholungsphasen im Sinne der Bedürfnisse der Schüler/innen ist es wichtig, auch schlichtweg den Raum dafür geben zu können; etwa für Bewegung und sportliche Betätigungen, aber auch für Ruhe und Rückzugsmöglichkeiten. Zusätzlich führt ein durch ausgedehnte Pausenzeiten oder insbesondere in Ganztagschulen längerer Aufenthalt an Schulen dazu, dass auch Lehrpersonen mitunter mehr Zeit an der Schule verbringen. Veränderte zeitliche Strukturen, die häufig auch veränderte pädagogische bzw. didaktische Strukturen bedingen, benötigen demnach häufig auch andere räumliche Voraussetzungen.

Der Zusammenhang der Beschaffenheit physischer Lernumgebungen mit dem Erfolg des Lernens von Schüler/innen wurde mehrfach untersucht. Dabei wurde ein Einfluss der räumlichen Bedingungen auf die Einstellungen der Schüler/innen zum Lernen sowie die faktische Lernleistung festgestellt (vgl. Flutter 2006). In diesem Kontext ist auch die Partizipation von Schüler/innen bei der Gestaltung ihrer Lernumgebung als wünschenswert zu sehen (ebd.).

2.1.7 Pausengestaltung

Pausen – vor allem solche, in denen Schüler/innen unstrukturiert spielen, kommunizieren und sich bewegen können – werden mit sozialen, entwicklungs- und gesundheitsförderlichen, aber auch kognitions- bzw. leistungsfördernden Aspekten in Verbindung gebracht. Sicherheitsbedenken stehen dem aber häufig entgegen. In Österreich etwa durch Sorge von Schulleiter/innen und Lehrer/innen in Hinblick auf den Aufsichtserlass, der eine (altersadäquate) Beaufsichtigung der Schüler/innen fordert. International wurde außerdem die Tendenz festgestellt, dass Pausenzeit zugunsten zusätzlichen Unterrichts oder auch als bestrafende Maßnahme immer wieder verkürzt wird, was in jeder Hinsicht als kontraproduktiv interpretiert wird (vgl. u.a. Murray et al. 2013).

2.1.8 Ganztagschulen

Das Konzept von Ganztagschulen – insbesondere solchen mit „Verschränkung“ von Unterrichts- und Freizeitphasen, d.h. Unterricht und Freizeit sowohl vormittags als auch nachmittags – ermöglicht und erfordert gleichzeitig auch Änderungen der zeitlichen Strukturen gegenüber den traditionellen Abläufen. Die Gesundheitsfolgenabschätzung (GFA) attestiert eine hohe Erwartbarkeit für positive Auswirkungen von Ganztagschulen für 10- bis 14-jährige Schüler/innen in Österreich hinsichtlich sozialer Aspekte sowie auch Fördermöglichkeiten und Schulleistung. Jedoch wird darauf hingewiesen, dass dies nur dann gelten kann, wenn auch entsprechende Rahmenbedingungen geschaffen worden sind. Dazu gehören u.a. räumliche Voraussetzungen, insbesondere auch adäquate Arbeitsplätze für die Lehrpersonen, innerschulische Kooperation unter Einbezug von Schüler/innen und Erziehungsberechtigten, qualitätsvolle Angebote im Sport- und Freizeitbereich sowie in der Verpflegung (Neuhold et al. 2013). Auch hier zeigt sich die Wichtigkeit von zeitlich-räumlicher Neugestaltung von Schulen zum Ziele der Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden aller am Schulleben beteiligter Personen sowie der Schulleistung auch benachteiligter Gruppen.

Was sich in der genannten GFA aber auch hinsichtlich der Auswirkung von schulischen Zeitstrukturen zeigt, ist eine Verbesserung vom familiären Klima bei den Schüler/innen. Dies hauptsächlich dadurch, dass Hausaufgaben und Lernen zumeist gänzlich in der Schule erledigt werden und dadurch das Familienleben zeitlich (und oft wohl auch nervlich) entlastet wird. Eine negative Wirkung, die aus der Organisation der Schule als Ganztagschule entstehen kann, ist die Tatsache, dass Jugendliche dann weniger frei verfügbare Zeit u.a. für die Freizeitgestaltung in Vereinen haben. Deshalb wird umso mehr die Empfehlung ausgesprochen, schulische Sport-, Kunst- und Musikangebote möglichst vielfältig und qualitativ zu gestalten oder auch Zeit für Schüler/innen außerhalb des Schulareals freizugeben (vgl. Neuhold et al. 2013).

2.1.9 Rhythmisierung

In der Diskussion um zeitliche (Neu-)Strukturierung von Schulen taucht immer wieder der Begriff der „Rhythmisierung“ auf. In ihrer Expertise zu diesem Thema fassen Kolbe und Kolleginnen (2006) Literatur zusammen, die die Ursprünge des Begriffs bzw. Konzepts in den 1920er Jahren in Deutschland verorten. Auch zur Zeit des Aufkommens dieses Konzepts ging es in erster Linie darum, in einem naturalistischen Verständnis den „Tagesrhythmus“ der Schüler/innen in die Planung des Schulalltags einzubeziehen. Dabei seien insbesondere eine hohe Leistungsphase am Vormittag, ein Leistungstief um die Mittagszeit und eine weitere Leistungsphase am Nachmittag ausschlaggebend. Zudem sei generell für die Gesundheit der Schüler/innen mehr Abwechslung von An- und Entspannung wichtig (Kolbe et al. 2006).

Dieser „kindgerechte“ Rhythmus zeichnet sich also etwa durch gelenkte versus ungelenkte, Bewegungs- versus Ruhephasen oder Spiel- versus Arbeitsphasen aus (Holtappels 1995). Auch, aber nicht nur in reformpädagogischer Tradition, wird die Rhythmisierung daher häufig vor

allem im Kontext von der an den Bedürfnissen der Schüler/innen orientierten Unterrichtsgestaltung gesehen. Burk (2005; zit. nach Kolbe et al. 2006) geht ebenfalls davon aus, dass die Beachtung natürlicher Rhythmen kindgerechter und für die Gesundheit von Bedeutung sei. Zudem postuliert er, dass Pausen und Phasen mit geringerer Konzentration als Teil von Lernprozessen gesehen werden sollten (ebd.).

Kritisch wird von Kolbe und Kolleginnen (2006) aber das Postulat dieser naturgegebenen, typischen Rhythmen gesehen, die für alle Schüler/innen gleich gelten sollen: Hier sehen die Autor/inn/en teilweise zu starke ideologische Prägungen ohne die notwendigen empirischen Belege dafür. Dies widerspricht sich teilweise mit den weiter oben dargestellten Studien, die für diese Umstände aus Sicht der Chronobiologie ausreichende Beweise annehmen. Wichtig erscheint hier aus wissenschaftlicher Sicht, die Fakten aus der Forschung zu physiologischen Zusammenhängen durchaus ernst zu nehmen, aber auch nicht als alleinige Erklärungsgrundlage für eine veränderte schulische Zeitgestaltung heranzuziehen. Es gibt auch (reform-)pädagogische, didaktische und sozial- und familienpolitische Argumentationslinien, die eine hier vorläufig skizzierte neue Form der Zeitgestaltung an Schulen unterstützen können.

2.2 Ergebnisse der Schulleiter/innenbefragung 2014

Im Rahmen der im Frühjahr 2014 durchgeführten Schulleiter/innenbefragung wurden auch zwei Fragen spezifisch für das vorliegende Projekt in den Fragebogen aufgenommen:

12. Können Sie der folgenden Aussage zustimmen: Der Unterricht beginnt an unserer Schule zwischen 7:00 und 8:00; unsere Unterrichtsstunden dauern 45-50 Minuten und die Pausen 5-15 Minuten.

- Ja
- Nein, sondern: ☒ _____

13. Haben Sie das Gefühl, dass Sie von Seiten des Schulzeitgesetzes genug Handlungsspielraum für die zeitliche Gestaltung des Schulalltags haben?

- Ja
- Nein

In den bisher noch nicht bereinigten Daten zeigt sich in 844 Schulen aller österreichischen Schultypen (mit Ausnahmen der sonder- und heilpädagogischen Schulen) für die Frage 12: Ca. 86% aller befragten Schulleiter/innen sagten, dass an ihrer Schule „normale Schulzeiten“ vorherrschen. Etwa 14% dagegen berichteten von einer anderen zeitlichen Gestaltung. Diese besteht vor allem aus veränderten Pausenregelungen (längere Pausenzeiten, oft durch das Wegfallen anderer Pausen), Blockstunden und späterem Unterrichtsbeginn.

Rund 65% der an der Befragung teilnehmenden Schulleiter/innen gaben, dass sie von Seiten des Schulzeitgesetzes genug Spielraum für die zeitliche Gestaltung des Schulalltags sehen, während dies von den restlichen knapp 35% nicht so gesehen wird.

Es gibt keinen Zusammenhang zwischen der Meinung des/der jeweiligen Schulleiters/in, ob genug Spielraum von der rechtlichen Seite vorliegt, und der geänderten zeitlichen Praxis an Schulen.

Zum bisherigen Zeitpunkt liegen noch keine weiteren ausgewerteten Daten vor. Weitere Analysen und Darstellungen werden im Endbericht folgen.

3 Fazit zum jetzigen Zeitpunkt

Insbesondere aus pädagogischer bzw. didaktischer, aber auch aus gesundheitsförderlicher Sicht können Restrukturierungen im zeitlichen Ablauf von Schulen empfehlenswert sein, z.B. in folgender Art und Weise:

- Blockung von Unterrichtsstunden und flexibel handhabbare Pausen;
- Verlängern von Pausenzeiten bzw. Änderung von deren Organisation, sodass Erholung, aber auch soziale Aktivitäten und Bewegung besser möglich werden;
- Verschiebung des Unterrichtsbeginns, vor allem für Schüler/innen ab ca. 14 Jahren, von jetzt zumeist 8:00 zwischen 20 Minuten und einer Stunde nach hinten;
- Insbesondere in Ganztagschulen: „Rhythmisierung“ des Schulalltags hinsichtlich der Bedürfnisse der Schüler/innen an Phasen der An- versus Entspannung und der pädagogisch-didaktischen Konzepte.

Für diese Änderungen scheint es keine rechtlichen Hindernisse zu geben, allerdings müssen naturgemäß gewisse gesetzliche Vorgaben (Bund und jeweiliges Bundesland) wie Maximalpausenzeiten eingehalten werden und bei einigen Änderungen Schulforum, Schulgemeinschaftsausschuss oder auch Landesschulräte miteinbezogen werden. Zusätzlich besteht natürlich auch hier die Ressourcenfrage, insbesondere, was räumliche Ressourcen betrifft, aber auch teilweise Fragen der Organisation.

Änderungen von Zeitstrukturen an Schulen betreffen viele Personengruppen, die alle ihrerseits positive und/oder negative Auswirkungen empfinden können. Bei Lehrer/inne/n etwa ist der Widerstand in der Anfangsphase mitunter groß, da diese Neuerungen – zumindest subjektiv – Umgewöhnung, Mehrarbeit und einen Eingriff in die professionelle Autonomie von Lehrer/inne/n bedeuten können.

Wichtig erscheint in jedem Fall, dass zeitliche Restrukturierungen Hand in Hand mit Schulentwicklung gehen. Rein zeitliche Veränderungen ohne die nötigen Neustrukturierungen vor allem in der Art und Gestaltung des Unterrichts bringen nur selten die erwarteten positiven Auswirkungen.

Der Endbericht dieser Studie wird insbesondere noch um die Ergebnisse der für Herbst/Winter 2014 geplanten qualitativen Erhebung an Schulen („Good Practice“ und „Normal Practice“) erweitert werden und im ersten Quartal 2015 vorliegen.

4 Literatur

- Adam, Barbara (2008): *The Timescapes Challenge: Engagement with the Invisible Temporal*. In: Edwards, Rosalind (ed.): *Researching Lives Through Time: Time, Generation and Life Stories*. Timescapes Working Paper Series No. 1, Leeds: University of Leeds.
- Boergers, Julie, Gable, Christopher J., Owens, Judith A. (2014): *Later School Start Time Is Associated with Improved Sleep and Daytime Functioning in Adolescents*. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 35 (1), 11-17.
- Burk, Karl-Heinz (2005): *Zeitstrukturmodelle*. In: Höhmann, Katrin, Holtappels, Heinz-Günter, Kamski, Ilse, Schnetzer, Thomas (eds.): *Entwicklung und Organisation von Ganztagschulen. Anregungen, Konzepte, Praxisbeispiele*. Dortmund: IFS-Verlag, S. 66-71.
- Felder-Puig, Rosemarie, Flaschberger, Edith, Teutsch, Friedrich, Gugglberger, Lisa (2011): *Gesundheitsförderliches Lehren und Lernen. Was Lehrer und Lehrerinnen dazu beitragen können*. Wien: LBIHPR Forschungsbericht.
- Flaschberger, Edith, Gugglberger, Lisa (in Druck): *Health-Promoting Teaching Strategies in Schools – a Review of the Literature and Recommendations for Teacher Education*. In: Simovska, Venka, McNamara, Patricia (eds.): *Schools for Health and Sustainability - Theory, Research and Practice*. Springer Verlag.
- Flutter, Julia (2006): *'This place could help you learn': student participation in creating better school environments*. *Educational Review*, 58 (2), 183-193.
- Holtappels, Heinz Günter (1995): *Zeitgestaltung und Schulqualität: Entwicklung der Lernkultur in "Vollen Halbtagschulen" Niedersachsens*. In: Holtappels, Heinz Günter (Hg.): *Ganztageserziehung in der Schule. Schule und Gesellschaft 10*. Opladen: Leske + Budrich, S. 209-229.
- Jenkins, Elaine, Queen, Allen, Algozzine, Bob (2002): *To Block or Not To Block: That's Not the Question*. *The Journal of Educational Research*, 95 (4), 196-202.
- Kolbe, Fritz-Ulrich, Rabenstein, Kerstin, Reh, Sabine (2006): *Expertise „Rhythmisierung“. Hinweise für die Planung von Fortbildungsmodulen für Moderatoren*. Berlin, Mainz: Johannes-Gutenberg Universität Mainz, Technische Universität Berlin.
- Krainz-Dürr, Marlies (2006): *Neun Schulen aus Sicht der Schulentwicklung*. In: Fraundorfer, Andrea (Hg.): *Ideen machen Schulen. Neun innovative Schulen im Porträt*. Herausgegeben vom Schulkompetenzzentrum der Österreichischen Kinderfreunde. Wien: Lit Verlag, S.11-18.
- Louzada, Fernando Mazzilli, da Silva, Adeline Gisele Teixeira, Peixoto, Carina Aparecida Tardelli, Menna-Barreto, Luiz (2008): *The adolescence sleep phase delay: causes, consequences and possible interventions*. *Sleep Science*, 1 (1), 49-53.
- Murray, Robert, Ramstetter, Catherine, Devore, Cynthia, Allison, Mandy, Ancona, Richard, Barnett, Stephen, Gunther, Robert, Holmes, Breena Welch, Lamont, Jeffrey, Minier, Mark, Okamoto, Jeffery, Wheeler, Lani, Young, Thomas (2013): *The crucial role of recess in school*. *Pediatrics*, 131 (1), 183-188.
- Neuhold, Christine, Spath-Dreyer, Ines, Atzler, Beate, Friedrich, Klaus, Kuhness, Doris, Reis-Klingspiogl, Karin (2013): *Gesundheitsfolgenabschätzung zur Ganztagschule. Identifizierung und Analyse möglicher Auswirkungen auf die gesundheitliche Entwicklung von 10 bis 14-jährigen SchülerInnen*. Graz: Styria vitalis, Institut für Gesundheitsförderung und Prävention GmbH.
- Owens, Judith A., Belon, Katherine, Moss, Patricia (2010). *Impact of delaying school start time on adolescent sleep, mood, and behavior*. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 164 (7), 608-614.

Roth, Gerhard (2011): Bildung braucht Persönlichkeit. Wie Lernen gelingt. Stuttgart: Klett-Cotta.

Warner, Suzanne, Murray, Greg, Meyer, Denny (2008): Holiday and school-term sleep patterns of Australian adolescents. *Journal of Adolescence*, 31 (5), 595-608.

Wicki, Werner, Dietrich, Christina (2007): Expertise Zeitstrukturen Basel-Stadt; Luzern: Forschungsbericht Nr. 6 der Pädagogischen Hochschule Zentralschweiz, Hochschule Luzern.