



Benötigt die moderne Schule andere Zeitstrukturen?

Projekt „Zeit – Zeiträume – Pausengestaltung“

Rosemarie Felder-Puig



Forschungsbericht

Die zeitliche Gestaltung des Schulalltags

Bestandsaufnahme und Empfehlungen
zur Umsetzung in Österreich

Forschungs-
projekt am LBIHPR

Fertigstellung 4/2015



Schulische Zeitstrukturen im Fokus der Wissenschaft

Neurowissenschaften

Lernpsychologie

Beginnzeiten Unterricht
Rhythmisierung Unterricht und Erholungsphasen
Pausengestaltung

Schlafforschung

Gesundheitsförderungs-
forschung



Fragestellungen

- 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?



Methoden

- Synthese der wichtigsten Ergebnisse zur schulischen Zeitstruktur aus den Neurowissenschaften, der Lernpsychologie, der Schlafforschung und der Gesundheitsförderungsforschung
- Aufarbeitung der rechtlichen Situation zum Thema Zeitgestaltung an Schulen; Analyse der entsprechenden Bundesgesetze und Ausführungsgesetze der Bundesländer
- Interviews mit fünf österreichischen Expert/inn/en für Pädagogik, Schulentwicklung, Schulrecht und Schuladministration
- Analyse relevanter Daten der österreichweiten Schulleiter/innen-Befragung aus dem Jahr 2014



Methoden

Einzel- und Mehrpersonengespräche mit Schulleiter/innen und Lehrer/innen aus folgenden Schulen*:

Schultyp	Bundesland	Anzahl Gespräche
2 Volksschulen	K, W	4
3 Neue Mittelschulen	NÖ, St, W	6
3 AHS	W	5
2 berufsbildende Schulen	W	4
10 Schulen	4 Bundesländer	19

*sowohl Schulen, die in Bezug auf Zeitstrukturen neue Wege gehen als auch solche mit traditionellem Zugang



Beginnzeiten Unterricht



„Die Schule /der Unterricht beginnt zu früh“

- v.a. für Schüler/innen ab Pubertätseintritt
- wichtige Rolle des Schlafes für das Lernen
- wer wenig schläft, vergisst viel
- große Zahl der Schüler/innen schläft zu wenig

Folgen des modernen
Lebensstils?





Studienergebnisse

HBSC-Studie: *häufigstes* psychisches Symptom bei 11-17 jährigen österreichischen Schüler/innen:

„kann schlecht einschlafen“

17% mehrmals pro Woche oder täglich

in allen Altersgruppen in etwa gleich

Experimentelle Studien aus den USA:

späterer Schulbeginn (8:30 oder 9:00 statt 8:00) führte zu Verbesserungen bei

- ✓ Laune
- ✓ Tagesmüdigkeit
- ✓ Motivation
- ✓ schulischer Leistungsfähigkeit



Lösungen?

Sekundarschulen sperren zur üblichen Zeit auf, aber der Beginn ist freiwillig, Unterricht beginnt z.B. erst um 9:00

ABER: längere Schultage → weniger Freizeit (betrifft Schüler/innen und Lehrer/innen), weniger Zeit für Musikschule oder Sportverein, teurer

Um allen Wünschen gerecht zu werden:

→ Ganztagschulen, Entschlackung der Lehrpläne, kürzere Ferien, ...?



Rhythmisierung Unterricht und Erholungspausen



Beispiel einer Schule aus Deutschland: Rhythmisierung des Unterrichtstages (45 Min. → 80 Min.)

Bisher:

08.00 – 08.45 1. Stunde
5 Minuten Pause
08.50 – 09.35 2. Stunde
20 Minuten Pause
09.55 – 10.40 3. Stunde
5 Minuten Pause
10.45 – 11.30 4. Stunde
15 Minuten Pause
11.45 – 12.30 5. Stunde
5 Minuten Pause
12.35 – 13.20 6. Stunde
20 Minuten Pause
13.40 – 14.25 7. Stunde
5 Minuten Pause
14.30 – 15.15 8. Stunde

Neu:

08.00 – 08.30 **Begegn./Frühstück**
5 Minuten Pause
08.35 – 09.55 **1. und 2. Stunde**
20 Minuten Pause
10.15 – 11.35 **3. und 4. Stunde**
20 Minuten Pause
11.55 – 13.15 **5. und 6. Stunde**
45 Minuten Mittagspause
14.00 – 15.20 **7. und 8. Stunde**
10 Minuten Aufräumen etc.



Besser: „Zeitstrukturierung“ statt „Rhythmisierung“

Warum?

natürlicher Anspannungs-
/Entspannungsrythmus von
Schüler/innen ist kaum zu
generalisieren

weil: Chronobiologie nicht für alle
gleich, kann nicht alleinige
Erklärungsgrundlage sein

→ Zeitstrukturen suchen, die für
die Bereitstellung vielfältiger
Lernarrangements am günstigsten
ist



Geänderte Zeitstrukturen und Unterricht

- Zeitstruktur ändern allein genügt nicht; Veränderung der didaktischen Prozesse sollten der zeitlichen Veränderung eigentlich vorgelagert sein
- für individualisiertes Lernen sind größere Zeiteinheiten in jedem Fall günstiger
- wahrscheinlich am einfachsten umzusetzen: Blockung (Doppelstunden), danach längere Pause
- rechtlich weniger problematisch als allgemein angenommen; aber Wissen fehlt, auch wegen verschiedener Zuständigkeiten und bundesländerspezifischer Eigenheiten



Pausen



Pausen sehr wichtig für Schüler/innen

Für Schulen organisatorisch große Herausforderung (Aufsicht, Disziplin, Sicherheit,)



Pausen werden nicht selten „zweck-entfremdet“ – für Wege von Raum zu Raum, für zusätzlichen Unterricht,



Schulhof

... vor allem in Pausen fallen
unzureichende oder fehlende
räumliche Ressourcen auf



Lehrer/innenzimmer



Aktuelle Umfrage unter 840 österr. Schulleiter/innen aller Schultypen

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.

mit „ja“ antworteten 86%



Aktuelle Umfrage unter 840 österr. Schulleiter/innen aller Schultypen

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

mit „nein“ antworteten 35%



Förderliche und hinderliche Bedingungen bei der Veränderung der schulischen Zeitstrukturen

- rechtlich (→ Schulzeitgesetze) gibt es weniger Hürden als allgemein angenommen
- für Volksschulen und/oder Ganztagschulen einfacher
- benötigt werden aber räumliche Ressourcen: z.B. für längere Pausen Räume für Spiel, Bewegung, soziales Miteinander; Räume für Rückzug
- partizipativer Zugang günstig (gemeinsames Diskutieren und Ausprobieren im Kollegium mit Schulleitung)
- Unterstützung durch Schulbehörde
- Unterstützung der Lehrer/innen durch Fortbildungen zu neuen Unterrichtsformen
- Widerstand, Ängste, Verunsicherung



Wie ist das aus Ihrer Sicht?

- Welche Erfahrungen / Vorschläge haben Sie?
- Was spricht für eine Veränderung der zeitlichen Strukturen an Schulen?
- Was dagegen?
- Was wäre leicht möglich?
- Was ist schwierig?
- Was soll die Schulbehörde tun?



Und zum Schluss

Wir bedanken uns bei folgenden Expert/inn/en für Interviews und/oder Hinweise zu Literatur, Dokumenten und Schulen:

Dr. Friedrich Fröhlich – BMBF

Dr. Michael Sörös – SSR Wien

Dr.ⁱⁿ Claudia Jäger – BMBF

Dr.ⁱⁿ Eva Mitterbauer – PH Wien

Michaela Partel, BA – StGKK

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

Reg.Rätin Renate Grubich-Müller – SSR Wien

Dr.ⁱⁿ Maria Fuchsreiter – BMBF

Mag.^a Doris Kuhness – Styria vitalis

Mag.^a Anja Matschilnig –KGKK

Patrizia Nikzad – NGKK

MR Dr. G. Pfaffenwimmer – BMBF

**... und vor allem Ihnen herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit und Mitarbeit!**