

„Der Verstand liebt die Abwechslung, das Herz die Wiederholung.“ (Esther von Kirchbach)

Rituale im Unterrichtsalltag

Rituale sind vor allem bei Kindern mit sozialen oder emotionalen Belastungen, aber auch für Kinder mit Lernbehinderungen eine große Entlastung. Der immer gleiche Ablauf bestimmter Situationen und Aktionen während des Schulvormittags gibt den Schülern Sicherheit, Halt und Orientierung. Durch Rituale kann Stress, der sich aus neuen Situationen ergibt, abgebaut oder vorgebeugt werden. Sie können helfen, Ängste abzubauen, weil eine regelmäßige Wiederkehr eines Rituals Sicherheit gibt. Hierbei ist es wichtig, dass ein eingeführtes Ritual immer nach dem gleichen Muster abläuft. Rituale sind aber auch „Halteseile, mit deren Hilfe man getrost auch unwegsames Gelände begehen kann, weil ihre Regelmäßigkeit und Stabilität das Vertrauen in die Welt und das Selbstbewusstsein stärkt.“ (Bartl, A. 2011, S. 56).

Aber auch dem Lehrer helfen Rituale, den Unterrichtsalltag entspannter und stressfreier zu meistern. Durch Rituale entsteht eine Ordnung, Vieles bedarf keiner großen Worte, sobald sich ein bestimmtes Ritual eingeschliffen hat.

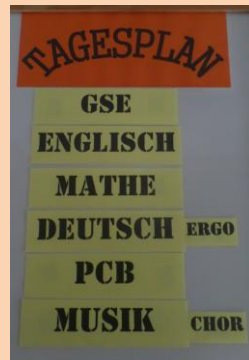
Es gibt viele Stellen im Unterricht, an denen sich Rituale anbieten:

- zum Unterrichtsbeginn
- als Pause zwischendurch
- zur Kontrolle der Hausaufgaben
- vor Proben
- zur Rückmeldung
- zu bestimmten Anlässen, wie z.B. zu Geburtstagen
- am Ende des Tages
- ...

Es folgen einige Beispiele für Rituale im Unterricht.

Rituale zum Unterrichtsbeginn

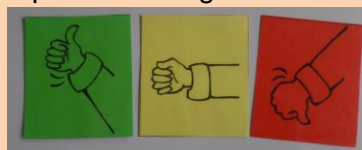
- Tagesplan besprechen, aufhängen



- Begrüßung der Schüler untereinander, Begrüßung des Lehrers
- die Lehrerin/ der Lehrer liest zuerst eine kurze Geschichte vor
- Klassenquiz (Inhalte des Vortages wiederholen)
- Witzeerzählrunde (evtl. jeden Tag ein anderes Kind)
- gemeinsames Lied
- jeden Tag darf ein Kind einen persönlichen Gegenstand mitbringen und dazu erzählen
- gemeinsames Gebet
- ein Schüler aktualisiert das Datum und den Wochentag an einer Tafel und spricht dazu („Heute ist Freitag, der 20. September 2013.“)



- aktuelle Gefühle ausdrücken: wenn Schüler zu Beginn des Tages sagen können, wie es ihnen geht oder was sie bedrückt, fühlen sie sich besser angenommen man kann als Lehrer auf die aktuelle Stimmung des Schülers eingehen, diese berücksichtigen und bei Bedarf Verständnis während des Unterrichts zeigen.
 - Karten in Ampelfarben herumgeben, jeder Schüler nimmt die Farbe, die zu seinem aktuellen Gefühl passt und sagt einen Satz dazu



- Tücher in Regenbogenfarben, jede Farbe hat eine Bedeutung, Schüler sucht sich eine oder mehrere Farben aus und spricht dazu
- auf einem „Gefühlsbarometer“ mit einer Wäscheklammer die aktuelle Stimmung einstellen
- ...

Rituale als Pause zwischendurch

Pausen zwischen einzelnen Unterrichtsstunden können ebenso ritualisiert werden: Die Materialien der letzten Stunde werden aufgeräumt, es folgt ein kurzes Spiel oder Lied, danach wird die neue Stunde gemeinsam und mit neuer Energie begonnen. Durch diese Struktur gelingt es vor allem jüngeren Schülerinnen und Schülern mit sonderpädagogischem Förderbedarf leichter, sich auf das jeweilige Fach einzustellen.

Durch den kleinen Einschub kann bei den Kindern die Konzentration und die Aufmerksamkeit wieder hergestellt werden. Durch geeignete Spiele kann das Zusammengehörigkeitsgefühl der Klasse gesteigert werden. Kinder mit einem bestimmten Förderbedarf können durch diese Bewegungspausen ganz einfach zwischendurch gefördert werden (Förderung der Grobmotorik, der auditiven oder visuellen Wahrnehmung, der Sprache, der Konzentration, der Merkfähigkeit ..., ohne dass sie durch spezielles Personal aus der Klasse genommen werden müssen. Werden diese Spiele regelmäßig durchgeführt und der Ablauf ritualisiert, so bedarf es schon nach kurzer Zeit keiner langwierigen Erklärungen mehr und die Pause stellt keinen zu großen Zeitaufwand dar.

Beispiele:

- „Malerei im Dunkeln“: mit der Taschenlampe im verdunkelten Klassenzimmer Wörter an die Tafel schreiben (visuelle Wahrnehmung)
- „Die Lausch-Minute“: die Schüler sitzen eine Minute lang ganz still und lauschen den Umgebungsgeräuschen, danach berichten sie davon (auditive Wahrnehmung)
- „Die Zappelklasse“: Das Spiel läuft ab wie „Koffer packen“, nur dass die Schüler Bewegungen machen anstatt Dinge zu nennen (Motorik, Konzentration, Merkfähigkeit)
- „Satzball“: die Schüler gehen im Klassenzimmer umher, ein Kind wirft einem anderen einen Ball zu und nennt einen Satzanfang („Ich“), das Kind das den Ball fängt führt den Satz weiter („laufe“), usw. (Sprachförderung, Konzentration)
- Ein fröhliches/ ruhiges/ ... Lied singen
- ...

Rituale zur Kontrolle der Hausaufgaben

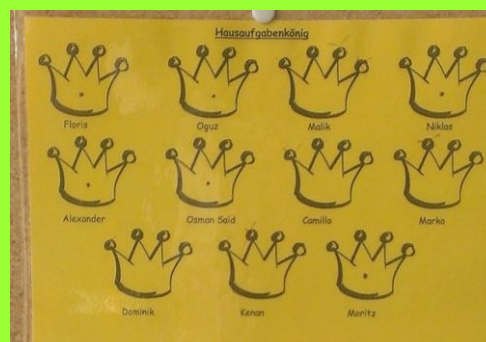
Die Kontrolle der Hausaufgaben sollte täglich erfolgen und immer gleich ablaufen. Nur so kann der Lehrer Versäumnisse sofort überblicken und entsprechend konsequent reagieren:

- die Hausaufgaben werden täglich vor Unterrichtsbeginn an einem festgelegten Platz abgegeben
- ein Dienst sammelt vor dem Unterricht die Hausaufgaben der Mitschüler ein
- Die Hausaufgaben werden in der Vorviertelstunde einzeln kontrolliert. Jeder Schüler wird einzeln aufgerufen und kommt mit den Aufgaben zum Lehrer.
- ...

Fehlt die Hausaufgabe, erfolgt eine Konsequenz:

- nachmachen bis zum nächsten Tag
- Eintrag in einer Liste, Konsequenz bei einer bestimmten Anzahl an Einträgen

L	22.10. D/M	/	15.11. Nil				
C	/	/	23.11. Lesen				
C	/	/	23.11. Lesen				
E	/	/	23.11. H				
C	/	/	/				
M	21.9. 2. Stufe	8.10. Duog.	9.12. PCB				
K	/	/					
R	21.9. D/Hausg.	/	15.11. Wil	23.11. Lesen	10.12. D	17.12. H	
A	02.10.12 D/M/E	18.10. H	06.11. D	16.11. D	23.11. Lösen	7.12. ZHA	
M	18.10. D	23.10. D	23.11. H	3.12. H	12.12. Geo		
T	/	/	23.11. Lesen	3.12. H			



- Nacharbeit nach Unterrichtsende
- ...

Rituale vor Proben

Viele Kinder sind vor Proben nervös, vor allem wenn sie schon negative Erfahrungen gemacht haben. Durch bestimmte ritualisierte Handlungsabläufe vor Proben kann man versuchen, die Kinder zu entspannen und eine ruhige, konzentrierte Haltung aufzubauen.

Beispiele:

- den Raum lüften
- sich strecken, Dehnübungen machen
- den Körper schütteln („Schüttelfrost“)
- gähnen um viel frische Luft einzuatmen
- den Arbeitsplatz aufräumen
- ein Lied singen
- einen Schluck trinken und die Trinkflasche bereitstellen
- ...

Rituale zu bestimmten Anlässen

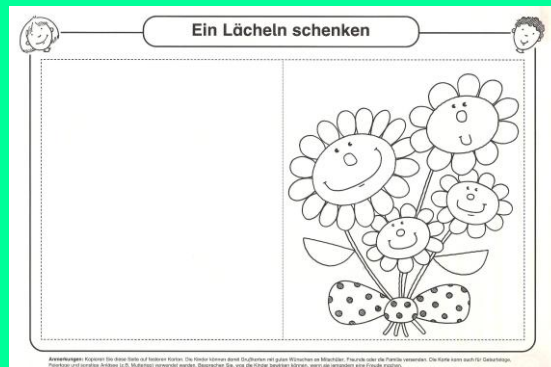
- Geburtstagsfeier
 - ein Lied singen
 - Geburtstagskuchen essen
 - ein Geschenk überreichen
 - jedes Kind gratuliert persönlich
 - Kind darf auf „Geburtstagsthron“ (besonderer Stuhl) sitzen
 - ...
- Monatsanfang
 - kleines Klassenfest mit Typischem für diesen Monat (Maibowle, Erdbeeren/ Zwetschgen essen, ...)
 - Klassenzimmer mit Naturmaterialien dekorieren
 - ...
- ...

Rituale zur Rückmeldung

Oft gelingt es Kindern nicht, sich gegenseitig angemessen zu kritisieren oder zu loben. Schnell artet Rückmeldung in verletzende Phrasen aus. Um dem vorzubeugen kann man Kindern Hilfen an die Hand geben, um sich nach einem bestimmten Prinzip gegenseitig positive oder negative Kritik zu geben.

Beispiele:

- Lobkarte: „Das fand ich gut.“
- Kritikkarte: „Das könntest du noch besser machen.“
- positive Rückmelderunde der Schüler an einen Klassenkameraden
→ anonym oder offen (evtl. vorher auslosen wer wem ein Kompliment oder einen netten Gedanken aufschreibt)



aus: Moorcroft, Ch.: „Ich – du – wir: Auf dem Weg zum mündigen Bürger“ Band 1, Auer Verlag, S. 56

- Gemeinsames Rückmeldeblatt zur Gruppenarbeit



The worksheet is titled "Wir sprechen miteinander" (We talk to each other). It contains the following sections:

- Über was hat eure Gruppe gesprochen?** (About what did your group talk about?)
- Unser Thema war _____
- Wie ist das Gespräch gelaufen?** (How did the conversation go?)
- Male jeweils ein Gesicht in jeder Reihe an. (Draw one face in each row.)
- Wir haben alle etwas gesagt. (Smiley, Neutral, Sad)
- Wir haben alle zugehört. (Smiley, Neutral, Sad)
- Wir haben uns abgewechselt. (Smiley, Neutral, Sad)
- Wir haben nicht zu lange gesprochen. (Smiley, Neutral, Sad)
- Wir haben niemanden unterbrochen. (Smiley, Neutral, Sad)
- Zusatzaufgabe:**
 - Wie gut hast du zugehört?
 - Schreibe die Namen der Kinder in deiner Gruppe.
 - Schreibe in Stichpunkten, was jedes Kind gesagt hat.

At the bottom, there are small notes: "Anmerkungen: Mit diesem Arbeitsblatt können die Regeln für Klassengespräche und -diskussionen erörtern. Sprechen Sie mit den Kindern über ein bestimmtes Thema. Sie werden dabei die Regeln für ein Gespräch mit. Dabei ist zu beachten, dass alle Kinder eine Chance haben, was sie zu sagen haben. Es ist wichtig, dass alle Kinder eine Chance haben, was sie zu sagen haben. Es ist wichtig, dass alle Kinder eine Chance haben, was sie zu sagen haben." The page number 20 is visible at the bottom left.

aus: Moorcroft, Ch.: „Ich – du – wir: Auf dem Weg zum mündigen Bürger“ Band 1, Auer Verlag, S. 20

• ...

Rituale am Ende des Tages

Sowie ein oder mehrere Rituale den Schultag beginnen, so beenden sie ihn auch wieder, runden ihn ab und lassen ihn ausklingen.

Beispiele:

- gemeinsames Lied
- Rückmeldung der Lehrerin oder der Schüler selbst über das Verhalten oder eine gute Leistung eines jeden Schülers (positiver Ausklang, evtl. Kritik um zum Nachdenken zu bewegen)
- Gefühlerunde
- Dienste erledigen
- in der letzten Viertelstunde aus einem Buch vorlesen
- ...

Rituale sind oft klein und für einen Außenstehenden kaum sichtbar, wenn sie gut eingeführt wurden und sich deren Ablauf bei den Schülern eingeschliffen hat. Trotzdem haben sie eine große Wirkung: Sie geben Verhaltenssicherheit, weil die Schüler genau wissen, was auf sie zukommt. Auch für den Lehrer können sie eine große Erleichterung darstellen.

Literatur:

- Bartl, A.: Nur die Ruhe. Offenburg 2011
- Bartl, A.: Alle Achtung. Offenburg 2010
- Engel, A.: Ruhe und Konzentration im Klassenraum. Offenburg 2012
- Engel, A. /Hehemann, Ch.: Fördern erleichtern mit Ritualen. Offenburg 2009
- Moorcroft, Ch.: Ich – du – wir: Auf dem Weg zum mündigen Bürger Band1. Donauwörth 2006