



## **Weiche Matten, gedimmtes Licht: Traumreisen sind ausdrücklich erwünscht**

Entspannung als festes Thema an der Bertolt-Brecht-Gesamtschule Löhne

Sie sitzen das erste Mal in dieser Runde. Die Alten und die Neuen. Das alte B-Team der Bertolt-Brecht-Gesamtschule in Löhne hat ein Jahr lang überlegt, was an der Schule verbessert werden könnte, welches Angebot noch fehlt, was den anderen Schülern Freude machen würde. Und das Team hat geliefert. Das Jahr ist seit den Sommerferien abgelaufen. Jetzt sind die Neuen am Zuge.

Timo, Talea und Colin gehören zu den Pionieren. Zu dem ersten B-Team, das an der Gesamtschule im Rahmen eines Profilkurses ausgebildet wurde. Ein Jahr lang, zwei Stunden pro Woche, die fest im Unterrichtsraaster verankert sind. „Ich habe am Anfang ehrlich gesagt gar nicht richtig gewusst, was auf mich zukommt“, sagt die 13-jährige Talea. Diese Bereitschaft, sich überraschen zu lassen, teilte sie mit den anderen acht Schülern, die sich für den Kurs interessierten. Und auch mit den drei Lehrkräften, die sich mit den Schülern schließlich für die externe Qualifizierung angemeldet haben.

„Wenn etwas Neues begonnen wird, hat man natürlich eine Vorstellung. Aber letztlich wussten wir alle nicht, was auf uns zukommt“, sagt Till Hemmerich, der Deutsch und Sport unterrichtet. Er hat das alte B-Team geleitet.



Vier Workshop-Module durchlief Till Hemmerich mit seinem Team; darunter Themen wie Kommunikation, Teamentwicklung, Gesundheitsförderung und Projektmanagement. Manchem Schüler und Lehrer wurde der theoretische Block etwas lang. Aber darauf folgte die Phase, in der sie ihr Wissen praktisch an der Schule umsetzen konnten. „Wir sind mehrfach mit dem Schulentwicklungspreis ausgezeichnet worden, die Kinder können sich in Pausen im Schülerlabor beschäftigen, sie können in der Turnhalle toben oder die Computer- und Kunsträume nutzen. Es ist gar nicht so leicht, hier etwas Neues anzubieten“, sagt Schulleiterin Daniela Gehring. Aber es gehört eben auch zur Philosophie der Schule, sich auf Preisen und etablierten Angeboten nicht einfach auszuruhen. „Wir können den Schülern noch so zugewandt sein. Letztlich sind wir als Lehrer aus dieser Altersgruppe heraus. Der partizipative Ansatz des B-Teams ist ein Chance und Bereicherung. Weil die Schüler es für die Schüler machen“, sagt Daniela Gehring.

Und das erste B-Team hatte schnell eine Idee. An den langen Schultagen wurde in der Pause eine offene Entspannung angeboten. Die Schüler haben an drei Tagen pro Woche in einem Raum das Licht gedimmt, Matten ausgerollt und Entspannungs-CDs abgespielt. „Das Angebot wurde gemeinsam entwickelt, die Schüler haben es eigenverantwortlich umgesetzt“, erklärt Till Hemmerich. Konkret heißt das: Sie haben mit



der Schulleitung über einen festen Raum verhandelt. Sie mussten CDs besorgen und haben diese letztlich über eine Mutter, die als Masseurin arbeitet, auch bekommen. Sie haben sich reihum abwechselnd für die Aufsicht im Raum eingeteilt. Pro Entspannungseinheit nutzten 15 bis 20 Schüler das Angebot im Schnitt. Man könnte an dieser Stelle einen Punkt setzen – nach dem Motto: Projekt erfolgreich umgesetzt.

Zur Wahrheit gehört aber auch, dass das alte B-Team Rückschläge zu verkraften hatte. „In der Anfangsphase war Herr Hemmerich oft bei uns und hat uns bei dem offenen Angebot unterstützt. Als wir es dann alleine umgesetzt haben, kamen irgendwann Schüler, die sich zu der ruhigen Musik eben nicht entspannt haben. Die haben da rumgeschrien und Quatsch gemacht“, erzählt Talea. Das B-Team wechselte das CD-Angebot; fortan wurden statt der Musik verschiedene Traumreisen abgespielt. Till Hemmerich kam wieder öfter vorbei. Das wirkte.

Als Talea erzählt, hört das neue B-Team sehr aufmerksam zu. Kathy, Eric und Kira sind noch ganz am Anfang ihres gemeinsamen B-Team-Weges. Beim letzten Treffen wurden erste konkrete Ideen gesammelt. Vielleicht läuft es am Ende auf ein kleines und besonderes Angebot an Getränken und Gebäck hinaus. „In der Vorweihnachtszeit könnte beispielsweise Tee im Forum angeboten werden“, wird Simone Krause konkret. Die Sport- und Biolehrerin leitet nicht nur das neue B-Team, sie ist an der Bertolt-Brecht-Gesamtschule auch Koordinatorin im Bereich Gesundheitsmanagement. Ohne den Impuls und das Engagement von Simone Krause gäbe es kein B-Team.

„Warum wollt ihr das denn ausgerechnet im Forum machen?“, fragt Colin vorsichtig. Antwort: Erstens, um das B-Team der Schule an diesem zentralen Ort stärker für alle Schüler bekannt zu machen. Zweitens soll neben dem Stand auch gleich das Forum etwas aufgehübscht werden. Anerkennendes Nicken beim alten B-Team. Timo, Talea und Colin mustern das neue B-Team jetzt aufmerksam. Sie haben den Weg, auf den sich Kathy, Eric und Kira gerade begeben, schon beendet. Sie haben viel gelernt, Ideen entwickelt, sie umgesetzt und Rückschläge verkraftet. Und sie sagen alle drei, dass sie das nochmal machen würden. Weil es ihnen Spaß gemacht und auch jenseits des Projektes viel gebracht hat. Vielleicht ist das das wichtigste und schönste Resultat des gemeinsamen Jahres. Und die beste Motivation für die Neuen.

# Das B-Team

## Bertolt- Brecht Gesamtschule Löhne

### Das Projekt des B- Teams Offenes Angebot „Entspannung“



Das Projekt des B- Teams ist in diesem Schuljahr die Organisation und Durchführung des offenen Angebots zum Thema „Entspannung“. Hier erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, sich in der Mittagspause vom stressigen Schulalltag zu regenerieren, Energien zu sammeln und einfach mal abzuschalten.

Im DG- Raum („Darstellen und Gestalten“) findet in ruhiger Atmosphäre an jedem langen Schultagen (Mo., Mi. und Do.) dieses Angebot in der Zeit von 12:40 – 13:10 Uhr statt.

Die Teilnehmer können es sich bei abgedunkeltem Licht, auf Kissen oder Gymnastikmatten gemütlich machen und eine bequeme Position einnehmen. Anschließend wird aus einer Auswahl verschiedener Traumreisen jeweils eine abgespielt und damit die Entspannungszeit bzw. Ruhezeit eingeläutet. Diese dauert ca. 20 Min. und endet mit dem Ende der Traumreise.

Anschließend findet ein gemeinsamer Ausklang statt, man gibt im Sinne einer Rückmeldung ein kurzes Feedback, der Raum wird gemeinsam wieder aufgeräumt, man zieht sich die Schuhe wieder an und startet frisch in den folgenden Nachmittagsunterricht.

### Ihr erreicht das B-Team über:

Name: Bertolt- Brecht Gesamtschule Löhne

Tel.: 05732/97650

Adresse: Zur Schule 6, 32584 Löhne

E-Mail: [bbg@schulen.loehne.de](mailto:bbg@schulen.loehne.de)

Webseite: <http://www.bbg-loehne.de>

### Steckbrief der Bertolt- Brecht Gesamtschule Löhne

Schulform: Gesamtschule

Ort: Löhne

Anzahl Schülerinnen/Schüler: ca. 1000

Anzahl Lehrkräfte: ca. 90

Die Bertolt- Brecht Gesamtschule ist eine Schule für alle Schülerinnen und Schüler, dem entspricht auch das Motto der Schule: „Gemeinsam in Vielfalt“. Nicht nur Vielfalt wird geschätzt, sondern auch das menschliche Miteinander gefördert und die Individualität gestärkt. So erhalten die Kinder hier die Möglichkeit, ihre individuellen Lernschwerpunkte zu setzen und sportliche Fertigkeiten, musischen Neigungen oder fremdsprachlichen Interessen nachzugehen. So offen das unterrichtliche sowie außerunterrichtliche Angebot, so offen auch die Perspektive eines Abschlusses, welchen jedes Kind im Verlauf der Sekundarstufe I individuell anstreben kann und auch in der Sekundarstufe II weiter verfolgen kann.



Logo des B-Teams des Bertolt- Brecht Gesamtschule