

Es geht auch leiser



Neben der Stoppuhr gehört die Trillerpfeife zu der Grundausrüstung jeder Sportlehrkraft. Sie ist klein, leicht und sehr effizient, wenn es darum geht, die volle Aufmerksamkeit der gesamten Schulklasse zu erhalten. Daher kommt sie auch oft in Situationen zum Einsatz, in denen sich die Sportlehrkraft in einer lauten Umgebung selbst Gehör verschaffen will. Doch ist es wirklich zielführend, Lärm mit mehr Lärm zu bekämpfen? Lärmexpertinnen und -experten raten davon ab. Die Trillerpfeife führe höchstens zu einer kurzzeitigen Aufmerksamkeit, ehe Unruhe und Geräuschpegel bei den Schülerinnen und Schülern wieder steigen. Doch was tun gegen den Lärm im Sportunterricht?

Das Problem ist bekannt: Im Sportunterricht stellen die oftmals ungünstigen akustischen Bedingungen eine große Herausforderung für viele Lehrerinnen und Lehrer dar. Lärm, Hall, große Distanzen und eine staubige Luft tragen dazu bei, dass Gehör und Stimme unter enormer Belastung stehen. Erkrankungen und Ausfälle wegen Stimmversagens, Tinnitus oder gar eines Hörsturzes sind die Folge. Abhilfe schafft in vielen Fällen eine akustische Sanierung der Turn- und Sporthalle. Doch diese lässt sich häufig nicht sofort umsetzen. Daher ist es für Sportlehrkräfte

ratsam, an ihrer eigenen Unterrichtsorganisation anzusetzen, um Gehör und Stimme zu schonen und die Verständigung zu verbessern.

Wichtigste Empfehlung: Gesprächs- und Aktionsphasen zeitlich voneinander trennen. Auch wenn es im Sportunterricht oft schnell zugeht, sollte die Sportlehrkraft kurze Phasen der Zeit und Ruhe in ihren Unterricht einplanen, in der sie alle Schülerinnen und Schüler an einem Ort versammelt. Diese sollte sie für Anleitungen, Beobachtungen und Rückfragen nutzen. Dabei gilt: Möglichst kurze und prägnante Anweisungen geben und bereits hier die Stimme ökonomisch verwenden. Während der sportlichen Aktion dann so wenig wie möglich reden oder gar rufen. Um die Schülerinnen und Schüler wieder an einem Ort zu versammeln, können verschiedene Rituale eingeführt werden, zum Beispiel ein Zeichen, das die Lehrkraft gibt.

Einen deutlichen Gewinn für Akustik und Verständigung bringen schließlich die richtige Wahl des Versammlungsortes und die Art der Aufstellung von Schülerinnen, Schülern und Lehrkraft. Verschiedene Forschungsversuche haben gezeigt, dass die Aufstellung in Form eines Kreises sehr gute Ergebnisse hinsichtlich akustischer Ver-

ständlichkeit bietet, insbesondere, wenn sich dieser in einer Hallenecke formiert. Im Kreis ist die Distanz zwischen sprechender Lehrkraft und Schülerinnen und Schülern am geringsten und es gibt keine störenden Barrieren, wie etwa Geräte. Stellt sich die Sportlehrkraft dann noch mit dem Rücken zu einer Wand, kann die akustische Situation deutlich verbessert werden, etwa im Vergleich zu der Aufstellung der Schülerinnen und Schüler auf einer Linie nebeneinander oder hintereinander.

Schließlich können Sportlehrkräfte auch zu einer technischen Maßnahme greifen, um die Lärmbelastung zu vermindern: dem Gehörschutz. Viele Lehrerinnen und Lehrer scheuen sich noch, einen Gehörschutz im Sportunterricht zu verwenden, weil sie befürchten, dann gar nichts mehr zu hören. Diese Angst ist jedoch unbegründet: Moderner Gehörschutz ist in der Lage, nur die hohen Frequenzen auszublenden. Die Lehrkraft kann sich dann – trotz der kleinen Stöpsel im Ohr – einwandfrei mit ihren Schülerinnen und Schülern unterhalten. Bei der Wahl des richtigen Gehörschutzes hilft die Sicherheitsfachkraft der Schule.

*Sanja Zec
Journalistin*