

**Laborwoche**

**Klasse 9**

***Wir sind stark!***



## Barfußpfad

von Sr. Sabine Voigt

**B**arfuß laufen ist heute nicht mehr selbstverständlich. Wir sind von Kindesbeinen an gewöhnt, mit Schuhen aller Art unterwegs zu sein. Wie sich Sand oder Gras, Moos oder Kies an den Sohlen anfühlen, wissen die wenigsten unter uns. Es ist ungewohnt, unter Umständen auch schmerzhaft: Ich werde vielleicht unsicher, wenn ich nicht genau erkennen kann, wie die Beschaffenheit des Bodens ist. Ich bin außerdem Wind und Wetter ausgeliefert, Kälte oder Hitze, Nässe oder Dürre, und das könnte sogar Ängste hervorrufen.

Dennoch haben sich einige Schülerinnen der 9. Klassen im Rahmen der Laborwoche, die unter dem Motto „Ich bin stark“ stand, dieser Herausforderung gestellt. Auf unterschiedlichste Weise konnten die Schülerinnen ihr Selbstbewusstsein stärken durch Erfahrungen an Leib und Seele in der Natur, der Musik, der Kunst...

Wer sich an einem Tag auf den Weg nach Bad Sobernheim gemacht hatte, konnte die Natur buchstäblich unter den Füßen spüren. Neben den Bildern illustrieren auch die Äußerungen der Schülerinnen, wie neu und anregend die Erfahrungen waren.

„Lehm hält warm und die nasse Erde fühlt sich gut an“, bemerkte Alexandra und bedauerte es, dass wir nicht den Weg durch die Nahe





nehmen konnten, weil er gesperrt war. Also liefen wir über die Hängebücke. Das war allerdings auch ein besonderes Erlebnis, weil die Seile durch unsere Schritte zu schaukeln begannen und unser Vertrauen in die Erbauer der Brücke gefragt war. Auch sonst erbrachten wir viel Körpereinsatz, bei Hürden, die uns auf dem Pfad begegneten und an unterschiedlichen Balancier- und Spielstationen, die nicht nur unsere Beinmuskeln, sondern auch unsere Lachmuskeln in Anspruch nahmen.

„Das ist wirklich schön angelegt“, lobte Ellen den Barfußpfad und ihre Freundinnen stimmten ihr zu. 3,5 km lang ist er und jedes Schülergrüppchen konnte sein Tempo selbst bestimmen, hat die Herausforderung angenommen oder ist einfach weitergegangen. Wer gar nicht mehr wollte, konnte sich auf einer Bank ausruhen, aus dem Rucksack stärken und die schöne Landschaft genießen.

„Es hat Spaß gemacht“, darin waren sich Daniela und Laura am Ende dieses Ausfluges einig und sie fügten noch hinzu: „Dieses Ziel sollte in jeder Laborwoche mit dabei sein!“ 





von Anika Laborenz (9d)

**V**ier mehr oder weniger motivierte 9. Klassen, eine Mission: Die Rettung von Eiern. Unser Auftraggeber: Herr Riegel.

Viele gingen diese Aufgabe zunächst skeptisch an, da auf den ersten Blick kein logischer Zusammenhang mit dem eigentlichen Thema unserer Laborwoche bestand. Außerdem konnte sich keiner so richtig was unter „Eierfliegern“ vorstellen. Doch wie sich herausstellte, handelte es sich bei dem mysteriösen „Eierflieger“ um eine Konstruktion, die wir in vorgegebenen Gruppen planen, bauen, vermarkten und schließlich auch testen sollten. Sie sollte ein Ei sicher aus dem Balkon des Lehrzimmers im 2. Stock des A-Baus unserer Schule nach unten auf den Boden des Schulhofs befördern.

Ein Ding der Unmöglichkeit? Unsere Köpfe sprühten nur so vor Kreativität! Bald hatte die Begeisterung alle angesteckt. Und alle bastelten drauf los. Auch wenn man mit Schülerinnen in einer Gruppe war, mit denen man vielleicht sonst nicht so viel zu tun hat, machte es unheimlichen Spaß. Wir hatten nicht viel Zeit und mussten mit dem Allernötigsten auskommen, aber gerade das machte die Sache interessant. Auch wenn es zunächst Proteste gab, da Materialmangel herrschte und wir kein eigenes mit-

## Mission: Eierflieger

*Zusammen sind wir stark*

bringen durften, kamen am Ende doch alle gut aus.

Es war aber nicht nur ein Wettlauf gegen die Zeit, nein, sondern auch gegen alle anderen Gruppen. Es hieß Alles oder Nichts. Natürlich wollte jeder den besten Flieger und plötzlich wurden sogar die Eier wie kleine Kostbarkeiten behandelt. Keines durfte kaputt gehen, das wäre das vorzeitige Aus.

Als die erste Hürde überwunden war, alle Gruppen endlich einen Flieger gefertigt und ihm natürlich auch einen Namen gegeben hatten, durften wir gegenseitig das Aussehen unserer Kunstwerke bewerten. Diejenigen, die jetzt zu wenig Punkte bekommen hatten, mussten bei der Vermarktung ihr Defizit ausgleichen: Wir sollten unsere Eigenkonstruktionen umwerben, als wären wir auf einer Messe, wir mussten Leute ansprechen und Interesse wecken. Klassenintern natürlich.

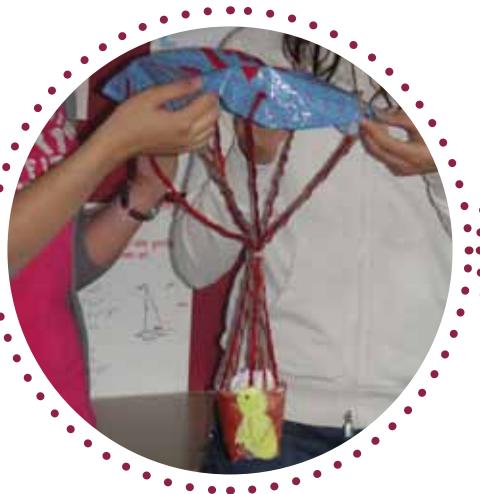
Aber das Ereignis, auf das wir eigentlich alle hinfieberten, war der große Test. Würden unsere heißgeliebten Eier heil am Boden ankommen? Wir durften alle nacheinander starten. Alle fieberten mit. Es war nervenzerreißend.

Und wie konnte es anders sein: Alle Eier überlebten!



**A**ber letztlich begriffen wir, dass es gar nicht darum ging, wer gewonnen hatte. Eigentlich ging es nur darum, etwas gemeinsam mit anderen geschaffen zu haben. Wir haben unsere eigenen Ideen integriert und aus allen diesen Puzzleteilen aus Ideen ein großes Bild gefertigt. Wir konnten hautnah erleben, was „Zusammen sind wir stark“ heißt. **T**





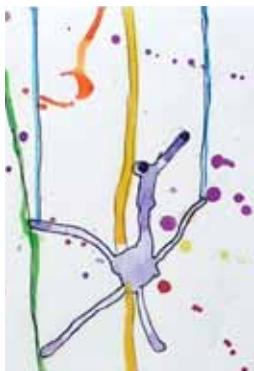


# „Wir sind stark“ – Projekt „Internationale Tänze“

von Nemone Wittenstein-Helmling



**Illustrationen** von  
Sarah Hand (6c)



**A**ber ich kann doch gar nicht tanzen!“  
„Ich hasse tanzen!“  
„Ich hasse rosa, reiten und tanzen!“  
„Müssen wir...?“  
„Können wir nicht was anderes machen? Rausgehen bei dem schönen Wetter, zum Beispiel?“

Es ist Montag, der erste Tag der Laborwoche 9, Thema: „Wir sind stark!“. Die verschiedenen Cliquen einer neunten Klasse lungern lustlos in den Ecken des Filmsaals, hier ein Klümpchen, dort ein Häuflein, gelangweilt und gähnend, oder eben auch lautstark ihren Unmut über das bevorstehende Projekt äußernd. Etwas abseits hat sich eine Schülerin über drei Stühle hinweg ausgestreckt und die Augen geschlossen, während ein paar andere vereinzelt dasitzen und in die Luft starren. Ich blicke in die Runde, die gar keine ist. Es ist eine Szene, die sich in dieser Laborwoche allmorgendlich mit jeder neuen Klasse wiederholen wird. Dabei sollen sie hier doch nur tanzen!

Nun ja, nicht *nur*. Diese Schülerinnen sollen in den kommenden Tagen in verschiedenen Projekten die Erfahrung machen, dass sie gemeinsam Strategien entwickeln können, um Probleme zu lösen. Die Betonung liegt dabei auf „gemeinsam“. Wir sind stark! Ganz nebenbei

sollen zudem Grenzen überwunden, Vorurteile abgebaut und neue Fähigkeiten entdeckt und entwickelt werden. Klingt alles hoffnungslos utopisch? Fern jeglicher Realität? Genau. Dementsprechend zahlreich waren auch meine skeptischen Einwände, doch Herr Riegel steckte mich mit seiner Begeisterung für dieses Projekt an. Also gut, probieren kann man's ja mal. Experimentieren gehört schließlich zu meinem Schulalltag. Und mit Frau Anne Franzen als Verstärkung, Referendarin und zugleich erfahrene Tänzerin, kann eigentlich nichts schiefgehen.

Es wird Musik aufgelegt. Wir haben keine Zeit zu verlieren; schließlich stehen uns pro Klasse nur drei Schulstunden zur Verfügung. Wir fassen uns an den Händen, bilden einen riesigen Kreis und schreiten langsam los: rechts, links, rechts, links... Das Rad, das unsere neue Gemeinschaft darstellt, kommt nur schwer ins Rollen. Es wird gezogen und geschubst; das Rad eiert kläglich. Dann wiederum wackelt es bedrohlich – rechts und links auseinander zu halten, ist doch nicht so einfach – oder es kommt zu einem quiet-schenden Halt: „Neben der will ich nicht!“ oder: „Meine Füße tun mir weh!“ *Jetzt schon?!* Doch beginnt bekanntlich jede Reise, jedes Unterfangen mit dem sprichwörtlichen ersten Schritt. Immerhin wird der jetzt getan, in der Form des Gehschrittes, zum Takt der Musik.

Den Gehschritt meistern die Schülerinnen naturgemäß schnell. Es folgen Wechselschritte, Dreierschritte, Mayimschritte – in einem Crash-Kurs der Tanzterminologie. Schon verwirrend, dass die „Tanzrichtung“ *gegen* den Uhrzeigersinn läuft, während „Gegen Tanzrichtung“ *im* Uhrzeigersinn bedeutet. Tja, in der Tanzwelt läuft eben Einiges anders! Dann klatschen wir die verschiedenen Takte und üben die Aufstellungsmöglichkeiten. Hinzu kommen die häufigsten Händefassungen: V-Fassung, W-Fassung, Zweihand-Fassung... Überhaupt Händefassen: Da gibt es eine Regel, die jeder Tänzer, jede Tänzerin beherrschen muss: Die rechte Hand „nimmt“ und die linke Hand „gibt“. So bleiben wir immer im Gleichgewicht. So wie im Leben auch.

**N**ach dieser Einführung wird endlich richtig getanzt: „La Raspa“, ein mexikanischer Gassentanz mit einem markanten Rhythmus. Puh, der bringt Bewegung in die Klasse – und alle außer Atem. Doch erst die Musik von „La Chapelloise“, einem flotten französischen Paartanz in Kreisform, reißt uns alle vollends mit. Immer schwungvoller dreht sich unser Rad. Bei den vielen kleinen Sprüngen und dem raschen Partnerwechsel muss jede bei der Sache bleiben, um nicht den Anschluss zu verlieren. Vor allem bleibt keine Zeit, wählerisch nur mit Freundinnen aus der selben Clique zu tanzen.

Der Tanz hat auch bei den Schülerinnen selbst etwas in Bewegung gesetzt: Als es zur Fünf-Minuten-Pause läutet, ist noch keine bereit, von unserem Karussell abzuspringen. „Ach bitte,

noch einmal!“ Welch herrliches, verschwenderisches Vergnügen, die Zeit über einen Tanz zu vergessen! Übrigens hat die Schülerin mit den schmerzenden Füßen schon längst ihre Schuhe ausgezogen und in die Ecke gepfeffert. Barfuß tanzen geht noch viel besser.

Der schwierigste Teil unseres Projektes steht uns noch bevor. Die Gruppen müssen nun ihre Tanzanleitungen selber ausarbeiten, präsentieren und den Mitschülerinnen beibringen. Kein Leichtes für Anfänger, schon gar nicht, wenn sie lustlos und zerstritten sind. Doch im Laufe der Woche erleben wir so manche Überraschungen:

Da übt zum Beispiel eine Gruppe Schülerinnen fast bis zur Erschöpfung den schnellen und anstrengenden israelischen Mayim-Tanz immer weiter, weil sie mit dem Ergebnis noch nicht zufrieden sind. „Mayim“ bedeutet „Wasser“ - der Tanz soll auf den Lebensspender Wasser hinweisen, der aus jener biblischen Quelle in der Wüste entspringt. Sprudeln soll der Tanz, plätschern und spritzen! Be-leben. Die Gruppe wird von einer Mitschülerin angetrieben, die behauptet hatte, mit Tanzen könne sie nichts anfangen.

Dann ist da die Gruppe, in der „kalter Krieg“ herrscht. Keine Bewegung, nicht einmal rückwärts. Stillstand. Mit versteinerten Mienen und verschränkten Armen stehen die Zerstrittenen herum. Bis auf eine: Sie sitzt – im Rollstuhl. Sie hatte mir zuvor erklärt, dass sie selbstverständlich mittanzen wolle. Frau Franzen redet ihnen freundlich zu und hilft mit den schwierigen Figuren, und dann klappt es allmählich doch. Als sie ihre Tänze präsentieren, überraschen gerade



die Schülerinnen dieser Gruppe uns alle. Wir bewundern den portugiesischen Tanz „Fado blanquita“ mit den eleganten Umkreisungen und dem heiteren Wiegen und Schnipsen. „Voll krass, was die mit ihrem Rollstuhl alles machen kann!“ Der israelische Schlangentanz „Zemer Atiek“ ist noch eindrucksvoller: Die „Schlange“, mit der Schülerin im Rollstuhl ganz vorne, windet sich derart lebendig, hypnotisch und anmutig durch den Raum, dass man es kaum wagt, zu atmen. Keine Frage: Diese Gruppe hat es geschafft, ihre Differenzen zu überwinden und sich zusammenzutun, um eine neue Einheit zu schaffen, die etwas Größeres als jede Einzelne von ihnen darstellt. Jedes Glied dieser sich schlängelnden Kette ist gleichwertig und gleich wichtig für das Gelingen des Gesamtwerkes; ja, mehr noch: Jedes Glied ist sichtlich darauf bedacht, buchstäblich nicht „aus der Reihe zu tanzen“, um nicht das harmonische Gesamtbild zu zerstören. Es ist ein kleines Wunder, ein Kunstwerk.

Eine andere Gruppe übt einen russischen Tanz ein, den „Syp Simeon“. Es ist ein Tanz mit sehr kniffligem Fußwerk, sozusagen ein getanzter Zungenbrecher. Mal langsam, mal extrem schnell. Da singt ein Mann lachend einen Text, den ich nicht verstehen kann. Zu gerne hätte ich gewusst, worüber er so lacht. Da schreit plötzlich eine Schülerin: „Das ist ja Russisch!“ und rennt zum CD-Player, um genauer hinzuhören. Die Tanzeinübung bröckelt ab und ihre Mitschülerinnen drängen sich um sie herum, während sie den Text, Vers für Vers, ins Deutsche übersetzt. Wir lachen alle über den Syp Simeon, der auf einem Hocker sitzt und Kartoffeln isst. Unsere Dolmetscherin, die die Sätze so

müheles hervorbringt, muss sonst eher um Erfolge kämpfen; ihr fallen die guten Noten nicht so leicht in den Schoß. Was für ein Gefühl das sein muss, etwas zu können, was keine andere in ihrer Klasse kann.

Ähnliche Erfahrungen machen wir in anderen Klassen. Wir tanzen den griechischen Tanz „Pera stus pera kampos“ und wollen wissen, was da gesungen wird. Eine Schülerin mit griechischen Wurzeln erklärt es uns, und fügt leise hinzu, wie sehr sie ihren in Griechenland lebenden Großvater vermisst. Sie nimmt sich vor, ihn gleich am selben Abend anzurufen, um vom griechischen Tanz zu erzählen. Eine andere Schülerin mit Kopftuch lacht, als sie beim türkischen Tanz „Ali Pascha“ mitmacht – der wird nämlich normalerweise nur von Männern getanzt. Eine Portugiesisch-Stämmige erzählt, dass „Fado blanquita“ im Heimatdorf ihrer Eltern etwas anders getanzt wird als es in unserer Anleitung steht. Ein nicht ungewöhnliches Phänomen, da schon immer jede Dorfgemeinschaft pflegte, ihren Tänzen eine ganz persönliche Note zu verleihen. Eine Schülerin mit armenischen Vorfahren weiß, dass Christen in Teilen Armeniens verfolgt werden. Das kommt im Kerzentanz „Mombar“ dadurch zum Ausdruck, dass das Kreuzzeichen darin versteckt und doch offen für alle zu sehen ausgeführt wird. Eine andere Schülerin wiederum, mit einem mexikanischen Elternteil, übersetzt uns „La Cucaracha“: „Die Kakerlake“! Es beeindruckt, wie diese Schülerinnen, die unsere Politik allesamt in den einen Topf „Kinder mit Migrationshintergrund“ steckt, nun stolz von ihren kulturellen Wurzeln erzählen. In ungeahnter Weise bereichern sie unser Projekt.

In einem anderen Raum wird „The Tennessee Wig Walk“ aus den USA einstudiert. Es ist ein spaßiger Spotttanz über die vornehme, Perücken tragende Oberschicht in früheren Jahrhunderten. Die pfiffige Drehung hat es offensichtlich selbst den erbittertesten Tanzgegnerinnen angetan. Es wird gedreht und gedreht, dass es einem schon beim Zugucken schwindlig wird. Als es soweit ist, dass sie „The Tennessee Wig Walk“ vorführen können, sitzen ihre Klassenkameradinnen gespannt auf der Stuhlkante und verfolgen jeden Schritt mit den Augen. Danach drängen sie die Gruppe, ihnen den Tanz beizubringen. Vor allem diese Drehung - wie geht die nochmal...? Tanzen hassen? Wer? Ich?!

Eine weitere Gruppe finde ich mutlos und resigniert in ihrem Übungsraum vor: „Wir verstehen die Anleitung nicht! Wir kriegen es einfach nicht hin!“ Kein Wunder. Selbst für Profis ist die Umsetzung vom geschriebenen Wort in die kontrollierte Bewegung eine mühsame Arbeit. Möglicherweise sind es diese Schülerinnen aber auch gewohnt, bei Frust-Situationen schnell aufzugeben. Vielleicht haben sie irgendwann in ihrem Leben beschlossen: „Das schaffe ich sowieso nicht!“ - und das hält sie gefangen, engt sie wie ein Korsett ihr Leben lang ein. Wir legen „Zorba's Dance“ aus Griechenland auf und gehen den Tanz Schritt für Schritt durch. Doch immer noch rühren sich einige Schülerinnen nicht. Plötzlich springt eine von ihnen auf. „Ich glaube, ich kann's jetzt!“ Sie stellt sich vor ihre Gruppe hin und tanzt den Hasaposervikos, wie der erste Teil dieses Tanzes heißt, perfekt vor. Dann bringt sie ihn der ganzen Klasse so selbstverständlich bei, als würde sie jeden Tag nichts anderes tun.

Später erfahre ich, dass gerade diese Klasse den Lehrern hin und wieder Sorgen bereitet. Davon hatten wir gar nichts bemerkt. Eine Schülerin hatte sogar den genialen Einfall, die Rolläden runterzulassen, um eine Art Spiegelwand zu bilden, in der wir uns selbst beim Tanzen beobachten und korrigieren konnten.



Immer wieder erleben Frau Franzen und ich in dieser Phase des gegenseitigen Beibringens, wie sich die Klasse als geschlossene Gemeinschaft hinter die vorführenden und erklärenden Tänzerinnen stellt und sich darauf konzentriert, ihnen die Schritte abzugucken. Das Misstrauen zwischen den einzelnen Cliques scheint abgeschüttelt zu sein: nur unnötiger Ballast. Hier hilft jede, die was kann, denjenigen, die es lernen wollen. Tanzen ist eine Loslösung von allem, was beschwert. Tanzen befreit! So selbstvergessen und bemüht sind die Schülerinnen, die Tänze von ihren Mitschülerinnen zu erlernen, dass wir jetzt eigentlich unbemerkt gehen könnten, Frau Franzen und ich. Sie brauchen uns nicht mehr. Wir sind überflüssig geworden. Das Ziel unseres Projektes ist erreicht – wir können es selbst kaum glauben. Unsere Schülerinnen sind weitaus stärker, als wir es ihnen zuge-  
traut hatten.



Als wir in der Großen Pause den Schulhof überqueren, entdecken wir zu unserer Verblüffung überall sich eifrig drehende Mädchen aller Altersstufen. „Zeig’s mir nochmal! Wie mache ich das?“ Das kann doch nicht wahr sein! Die pfiffige Drehung aus „The Tennessee Wig Walk“? Hier? Im Schulhof?! Es stellt sich heraus, dass einige der Schülerinnen aus unserem Projekt anderen, fremden Schülerinnen unbedingt diesen Tanz beibringen wollen. In einer anderen Ecke des Schulhofes werden fast militant die Schritte von „Zorba’s Dance“ eingepaukt: „Eins, zwei, drei, vier...!“ Wir kommen aus dem Staunen nicht heraus: Das Rad, das so schwer in Bewegung zu setzen war, hat eine Eigen-dynamik gewonnen; es ist nun nicht mehr zu bremsen. Das Rad dreht sich immer weiter...

**F**reitag Mittag verlassen Frau Franzen und ich müde, aber glücklich, den Filmsaal zum letzten Mal in dieser Laborwoche und verabschieden uns. „Schöne Pfingsten!“, wünscht sie mir. Pfingsten? Ach ja, das Pfingstfest steht uns bevor. Das ist doch das Fest, wo damals der Heilige Geist ein verschrecktes, gelähmtes Häuflein von Jüngern durchbrauste und etwas in Bewegung setzte. Wo ein lebendiger, wirbelnder Kreis entstand, in dem sich immer mehr Menschen die Hand reichten. Ein be-geisterter Kreis, der schließlich so groß wurde, dass er den ganzen Erdkreis umspannte. Damals? Pfingsten ist jetzt. Hier. Im Sankt-Franziskus-Gymnasium und der -Realschule.

**Illustrationen** auf dieser Seite von Jenni-Ann Eichhorn (7Ra)

