Schulpause in Deutschland

Sprachniveau A2



Schülerinnen und Schüler fegen den Pausenhof. © privat

Ein Schultag kann sehr anstrengend sein, egal wo in der Welt man ist. Pausen sind sehr wichtig! Im Video erzählen Schülerinnen und Schüler in Deutschland, wie sie ihre Pause verbringen.

In der Schule müssen die Schülerinnen und Schüler viel lernen und oft lange sitzen bleiben. Deshalb freuen sie sich besonders, wenn endlich Pause ist. Das bedeutet Zeit zum Spielen, Essen, Lachen und Reden mit Freunden. Oder einfach gesagt: Spaß haben!

Spiel, Spaß und Entspannung

In der Pause darf man laufen, klettern, schaukeln oder springen. Die Schülerinnen und Schüler können auf dem Pausenhof viele verschiedene Dinge machen: Manche wollen Tischtennis oder Basketball spielen, andere möchten lieber schaukeln oder klettern. Wieder andere setzen sich hin, essen etwas und erzählen Geschichten.

Regeln

Natürlich gibt es auch Regeln. Alle Schülerinnen und Schüler müssen in die Pause gehen, niemand darf im Klassenraum bleiben. Die Klassenräume bleiben geschlossen. Wenn es regnet, dürfen alle ausnahmsweise drinnen bleiben. Jede Woche muss eine Klasse Blätter und Müll auf dem Hof sammeln, weil der Pausenhof sauber sein soll. Viele finden das sinnvoll, weil man so gemeinsam auf die Schule aufpasst.

Lustige Momente und Missgeschicke

Manchmal passiert etwas Lustiges. Ein Ball fliegt weg, jemand stolpert über eine Brotdose oder ein Kind entdeckt, dass man ein Spiel ganz neu spielen kann. Oft helfen sich die Schülerinnen und Schüler gegenseitig, wenn jemand sich verletzt. In diesem Fall muss man sich im Schulsekretariat einen Kühlpack holen.

Eines ist immer klar: Die Pause ist wichtig, weil alle danach neue Energie für den Unterricht haben.

Fillipe Caetano vom Colégio Cruzeiro in Rio de Janeiro hat die Umsetzung des Beitrags aktiv begleitet. Im Rahmen des Weiterbildungsprogramms des Pädagogischen Austauschdienstes (PAD) des Sekretariats der Kultusministerkonferenz hat er ein Jahr an der Oberschule Findorff in Bremen verbracht.

Februar 2026

Links zum Thema

Schulporträt Colégio Cruzeiro Rio de Janeiro - PASCH-Initiative

Oberschule-Findorff

Worterklärungen

anstrengend: eine Aktivität, für die man viel Energie braucht

verbringen: hier: was die Schülerinnen und Schüler in der Pause machen

die Entspannung: wenn man nichts tun muss

klettern: sich z.B. auf einem Baum nach oben bewegen

schaukeln: sich hin- und her bewegen

der Pausenhof, die Pausenhöfe: ein Platz zwischen Schulgebäuden, auf den die Schülerinnen und Schüler in der Pause gehen können

die Regel, die Regeln: was man tun darf und was nicht

der Klassenraum, die Klassenräume: das Zimmer, in dem man in der Schule lernt

ausnahmsweise: etwas, was man normalerweise nicht macht

sinnvoll: hier: richtig, gut

aufpassen: hier: gemeinsam dafür arbeiten, dass die Schule sauber ist

das Missgeschick, die Missgeschicke: wenn man z.B. etwas kaputtmacht oder einen kleinen Unfall hat

stolpern: Wenn beim Gehen einen Gegenstand auf dem Weg nicht sieht und fast hinfällt

entdecken: hier: finden