



## Ramadan im Schulalltag

### Handlungsempfehlungen für pädagogische Fachkräfte

**Ramadan** ist für viele muslimische Schüler\*innen eine bedeutende Zeit. In der Schule gilt es, Unterricht verlässlich zu gestalten und zugleich sensibel auf individuelle Bedürfnisse einzugehen.

Als **Servicestelle Interkulturelles Lernen in Schulen in Sachsen-Anhalt** empfehlen wir, eine wertschätzende Haltung sowie eine transparente Kommunikation mit Schüler\*innen und deren Eltern, um mögliche Herausforderungen im Schulalltag konstruktiv zu gestalten.

Gleichzeitig haben wir Verständnis dafür, dass Schulen über begrenzte organisatorische Flexibilität verfügen und der Unterrichtsbetrieb verlässlich weiterlaufen muss. Schule ist ein gemeinsamer Lern- und Lebensraum, der für alle funktionieren soll. Umso wichtiger ist es, im Rahmen der bestehenden Möglichkeiten pragmatische und tragfähige Lösungen zu finden, die sowohl den schulischen Auftrag als auch individuelle Bedürfnisse berücksichtigen.

Die folgenden **Handlungsempfehlungen** sollen Schulen dabei unterstützen, im Rahmen ihrer Möglichkeiten angemessene und praktikable Lösungen zu entwickeln.

#### ◇ Was bedeutet Ramadan?

Fasten von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang, verbunden mit Achtsamkeit, Disziplin und Gemeinschaft. Kinder sind vor der Pubertät nicht verpflichtet zu fasten.

#### ◇ Auswirkungen im Schulalltag

Müdigkeit, geringere Energie oder Konzentrationsschwankungen sind möglich – gleichzeitig erleben viele Kinder Motivation und Zugehörigkeit. Wichtig ist ein ressourcenorientierter, wertschätzender Blick auf die Schüler\*innen

#### ◇ Unterricht & Leistung

Unterricht findet regulär statt, kann aber pädagogisch angepasst werden: anspruchsvolle Inhalte vormittags, Leistungsabfragen möglichst in den ersten Stunden, ruhige Arbeitsphasen einplanen. Keine Ausnahmen für fastende Kinder, aber nach Möglichkeiten die Umstände anpassen.



### ◇ **Sport & Schwimmen**

Teilnahme bleibt grundsätzlich verpflichtend, jedoch mit angepasster Belastung und ohne Bloßstellung. Schwimmen ist trotz Fasten erlaubt; pädagogische Anpassungen sind möglich, z. B. kürzere Belastungsphasen, mehr Pausen oder Technikübungen statt Ausdauerleistungen, Tauchübungen im Schwimmunterricht vermeiden.

### ◇ **Zusammenarbeit mit Eltern**

Frühzeitig informieren, wertschätzend kommunizieren und Eltern empfehlen, den Freistellungsantrag zum Zuckerfest rechtzeitig zu beantragen. Planen Sie, wenn möglich, keine Elternabende und Elterngespräche in der Zeit von Ramadan.

### ◇ **Was besser vermeiden?**

Pauschalisierungen, Zwang zum Essen/ Trinken, Bloßstellung, religiöse Bewertungen oder Druck auf nicht-fastende Kinder.

### ◇ **Ramadan als Chance**

Der Fastenmonat bietet Möglichkeiten, religiöse Vielfalt sichtbar zu machen und Werte wie Respekt, Solidarität und Demokratiebildung zu stärken.

**Für weitere Fragen und individuelle Beratung stehen wir von der Servicestelle Ihnen gerne zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns per E-Mail unter: [schule@lamsa.de](mailto:schule@lamsa.de).**

