

# Konzept „Bewegte Schule“

## an der St. Hildegard-Grundschule Haldensleben

### 1. Theoretischer Teil

#### 1.1. Begriffsklärung

„Bewegte Schule“ ist Teil einer Schulentwicklung, die Bewegung im Unterricht, in der Schulkultur und der Schulumgebung integriert. Dieses schulische Konzept geht auf den Schweizer Urs Illi zurück, der Anfang der 1980er Jahre für mehr Bewegung in der traditionellen „Sitzschule“ plädierte. (vgl. Wikipedia)

Sie fördert die kognitive, soziale und gesunde Entwicklung der Schüler. „Bewegte Schule“ bietet Orientierung, Material und Unterstützung für Lehrkräfte und Schulleitung.

#### 1.2. Begründung

Bewegung stellt ein Grundbedürfnis des Menschen dar. Kinder lernen besser, wenn der Lernprozess ganzheitlich gestaltet ist und nicht nur visuelle und akustische Reize angesprochen werden. Je mehr Sinne angesprochen werden, desto besser können Kinder das Gelernte aufnehmen.

Außerdem verbessert Bewegung die Durchblutung und versorgt somit das Gehirn besser mit Sauerstoff. Viele Kinder leiden inzwischen an Zivilisationskrankheiten wie Übergewicht, Rückenschmerzen, Haltungsschäden, aber auch ADHS.

Bewegung ermöglicht differenziertere Wahrnehmung, fördert soziales Lernen, ist Voraussetzung für die motorische Entwicklung und ist Voraussetzung für ein positives Selbstkonzept.

Lernprozesse unterstützt es durch:

- Stärkung der Konzentrationsfähigkeit
- Verbesserung der Wahrnehmung
- Verbesserung des Kurzzeitgedächtnisses
- Beruhigung bei Stress
- Erhöhung der Hirndurchblutung und somit als Gegenmittel bei Müdigkeit
- Förderung der Zusammenarbeit beider Gehirnhälften
- Förderung des strategischen und kreativen Denkens
- Bildung neuer Synapsen
- Ausschüttung von Hormonen für das Wohlbefinden
- Anregung aller Sinne.

### **1.3. Ziel des Konzeptes**

Ziel des Konzeptes „Bewegte Schule“ ist es nachhaltige Bewegungsanreize zu erzeugen und ein ganzheitliches gesundheitsförderndes Bildungsangebot zu schaffen. Zur „Bewegten Schule“ gehören ein bewegtes Schulleben, bestehend aus bewegtem Unterricht, bewegten Pausen und Schulsport sowie eine enge Verflechtung mit einer bewegten Freizeit.

## **2. Praktische Umsetzung**

### **2.1. Sportunterricht**

Bei der Initiierung der Bewegten Schule kommt gerade den Sportlehrkräften eine besondere Bedeutung zu. Sie sind die Fachkräfte, die ihr Wissen um die Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung und das Lernen an andere weitergeben können. Auf Dienstberatungen und Schulkonferenzen geben sie Anleitung für Bewegungspausen, sportliche Spiele und bewegte Pausen wieder.

### **2.2. Bewegter Unterricht**

Schaffung von Bewegungspausen zwischen einzelnen Unterrichtsphasen zur Förderung von Aufmerksamkeit, Entspannung und Aktivierung.

Beispiele:

- Bewegungswürfel
- Bewegungslieder, -tänze und -spiele
- Klatsch- und Rhythmusspiele
- Partnermassage
- Kinderyoga

Lernbegleitende Methoden zur Bewegung dienen als Motivationshilfe, zur Erhöhung der Aufmerksamkeit und zur Verbesserung des Selbstwertwertgefühls.

Beispiele:

- Bankrutschen
- Viereckenraten
- Tierrallye
- Schleich(Lauf-)diktate
- Bewegtes Quartett
- Stationsarbeit
- Lerntheken (Lernbuffet)
- Selbstkontrolle + Partnerkontrolle (z. B. Bushaltestelle)
- Museumsgang

Lernerschließende Formen der Bewegung können zur kognitiven Bewältigung von Aufgaben dienen, schaffen sinnvolle Handlungen und lassen durch Ganzheitlichkeit Sachverhalte besser verstehen.

Beispiele:

- Enaktive Zugänge in Mathematik
- Rollenspiele zu bestimmten Themen
- Fachspezifische Methoden (Messen, Erkunden, Sammeln, Experimentieren)
- Ausflüge

### **2.3. Bewegte Pause**

Auch in den Pausen können Anreize geschaffen werden, um den Kindern spielerische Möglichkeiten zu Bewegung zu schaffen anstatt „Herumzusitzen und Karten zu tauschen“ oder zu „Zocken“.

Beispiele:

- montags bis donnerstags keine Karten in den Pausen
- Angebote in der Frühstückspause aus der Spielzeughütte (Stelzen, Bälle, Reifen, Geschicklichkeitsspiele...)
- Angebote in der Mittagspause aus der Spielzeugkiste sowie Nutzen der Horticarzeuge
- Nutzen der Tischtennisplatte in beiden Hofpausen
- Ballspiele in beiden Hofpausen
- verschiedene Klettergerüste

### **2.4. Bewegtes Schulleben mit Impulsen für die Freizeit**

Unsere Schule soll nicht nur ein reiner Lernort, sondern auch ein Lebens- und Erfahrungsraum sein. Deshalb wollen wir unsere Schule so gestalten, dass sich die Kinder darin wohlfühlen und ganzheitliche Erfahrungsangebote bekommen.

Viele schulische Veranstaltungen sind zu einer beliebten Tradition geworden. Dazu gehören:

- das jährliche Sportfest
- das Fahrradtraining
- das Fahrradturnier
- Wanderungen in die Umgebung
- Klassenfahrten
- Teilnahme an regionalen Angeboten wie der Rolli-Runde
- Teilnahme an der Grundschulolympiade von Haldensleben
- Teilnahme an Fußballturnieren in Haldensleben
- Angebot an AG's (z. B. Sport-AG, Schulgarten-AG...)

**Verantwortlich: Frau Gurzny (Evaluation: alle 2 Jahre)**

**Beschluss Schulkonferenz am: 07.11.2023**