

„Bewegung in die Schule!“



Projektname	„Bewegung in die Schule!“
Kanton(e)	Ganze Schweiz (Sprachen: Deutsch, Französisch, Englisch)
Projektbeschreibung Projektinhalte	Patrick Fust bietet Lehrerfortbildungskurse sowie Schulberatungen, bewegte Schulveranstaltungen und Ähnliches an.
Wie lange besteht dieses Angebot bereits in der heutigen Form?	Seit 2007
Ist es ein dauerhaftes Projekt?	<input checked="" type="checkbox"/> Ja / <input type="checkbox"/> Nein
Wieviele Schulen/Klassen haben im Schuljahr 2012/2013 teilgenommen?	15 Schulen (inkl. Kurse mit Lehrpersonen aus verschiedenen Schulen)
Wie viele Schulen/Klassen haben bis anhin total teilgenommen?	60 Schulen (inkl. Kurse mit Lehrpersonen aus verschiedenen Schulen)
Angesprochene Schulstufe(n)	Kindergarten bis Sekundarstufe I
Hauptzielgruppe	Lehrpersonen
Weitere Zielgruppe(n)	Schülerinnen und Schüler

Weitere Beteiligte

Eltern

Ansatz/Methodik

An den Lehrerfortbildungskursen werden viele Spiele und Übungen ausprobiert, die nachher eins zu eins als Bewegungspausen im Unterricht durchgeführt werden können. Daneben erwerben die Lehrpersonen Hintergrundwissen und bekommen Anregungen, wie sie – mit zum Teil ganz unterschiedlichen Rahmenbedingungen – zu ihrem persönlichen Bewegungs- und Entspannungskonzept für ihren Unterricht kommen können. Die Kurse sollen den Lehrpersonen einerseits Spass machen und sie andererseits zur Umsetzung in der Klasse motivieren.

Intensität der Bewegungsaktivität

hoch
(schwitzen und beschleunigte Atmung, zum Beispiel Ballspiele oder Streetdance, Hüpfspiele, Trampolin)

mittel
(etwas ausser Atem kommen, zum Beispiel jonglieren, gehend vorlesen oder Gleichgewichtsübungen)

Projektziele

- Die Auswirkungen von Bewegung am eigenen Leib erfahren
- Spiele und Übungen für bewegte und entspannende Pausen im Unterricht ausprobieren
- Bewegtes Lernen und Arbeiten an konkreten Beispielen erleben
- Bewegungshausaufgaben kennenlernen
- Ein nachhaltiges Bewegungs- und Entspannungskonzept für den eigenen Unterricht formulieren

Bewegungszeit pro Klasse/Schule

Über welchen Zeitraum läuft das Angebot pro Klasse/Schule?

Wie oft findet das Angebot in der Klasse/Schule statt?

Wie lange dauert ein einzelnes (Teil-) Angebot jeweils?

Die Kinder und Jugendlichen sollen in der Schule künftig immer bewegt werden. Der Ansatz einer bewegten Schule soll vom Projekt zum Prinzip werden.

Es wird empfohlen, tägliche Bewegungszeiten einzuplanen – z.B. insgesamt 20 Minuten, wie von «schule bewegt» vorgesehen.

Bewegungspausen dauern oft nur ein paar wenige Minuten und verhelfen zu mehr Motivation und Konzentration der Schülerinnen und Schüler.

Zeitaufwand der Lehrperson für die Planung

Die Lehrpersonen nehmen an einer Weiterbildung teil – meistens an einem halben oder ganzen Tag. Im Kurs erhalten die Lehrpersonen Ideen, damit die Umsetzung im Unterricht nur wenig Aufwand (dafür aber viel Ertrag) bedeutet.

Zeit und Ort des Angebots	<p><i>Zeitpunkt der Aktivität:</i> X Unterricht <input type="checkbox"/> Pause <input type="checkbox"/> Schulweg X Anderes: Hausaufgaben, bewegte Anlässe</p> <p><i>Ort der Aktivität:</i> Klassenzimmer, Pausenplatz, Schulweg, zu Hause, Sporthalle/Sportanlage</p>
Zusätzlich benötigter Raumbedarf	Die Weiterbildung findet meistens in einem Klassenzimmer statt. So erkennen die Lehrpersonen, welche Bewegungsideen auch auf kleinem Raum umsetzbar sind.
Zur Verfügung stehende Materialien von den Projektanbietenden	<ul style="list-style-type: none"> - Hilfslisten für die konkrete Umsetzung im eigenen Schulalltag - Sammlung von Bewegungsspielen - Zusammenfassung der Programmpunkte der Weiterbildung - Verweis auf weitere Bewegungs- und Entspannungsideen im Internet (z.T. von Patrick Fust verfasst) - Listen von empfehlenswerten Büchern, DVDs und Webseiten
Zusätzlich benötigte Materialien	Die meisten vorgestellten Spiele und Übungen kommen praktisch ohne Material aus.
Teilnahmebedingungen	Das Lehrerteam setzt sich für eine Weiterbildung im Bereich „Bewegte Schule“ ein und die Schulleitung nimmt dann mit Patrick Fust Kontakt auf.
Aufgaben, Kompetenzen und Verantwortung der Schule	Das Lehrerteam stellt seine Wünsche für die Weiterbildung zusammen – Vorschläge zu Zielen und Programmpunkten auf www.bewegung-in-die-schule.ch . Für eine nachhaltige Verankerung der Bewegung in der Schule soll das Thema dann unter der Führung der Schulleitung oder einer Arbeitsgruppe ständig präsent gehalten werden – vielleicht auch mit weiteren Fortbildungskursen.
Aufgaben, Kompetenzen und Verantwortung der Anbietenden	<ul style="list-style-type: none"> - Vorbereiten und Durchführen der bedürfnisorientierten Weiterbildung - Teilen von Erfahrungen und Beantworten von Fragen - Zusammenstellen der Kursprogrammpunkte und von Empfehlungen
Evaluation und Dokumentation des Projekts	Am Schluss der Weiterbildung und/oder im Kontakt mit der Schulleitung. Im Nachhinein bekommt Patrick Fust eine Rückmeldung. Die Erkenntnisse daraus fliessen ständig in die nächsten Kurse ein.
Kosten für Schulen	Auf Anfrage
Kontakt und Support	Patrick Fust, patrickfust@bluewin.ch , 071 222 83 38 www.bewegung-in-die-schule.ch