

# Dokumentation des Projektes „Einfach bewegen(d)“ an der Südringgauschule Herleshausen

## Dimension: Lehren und Lernen – Bewegend unterrichten

### Ziel:

Die Denkleistung der Lernenden soll unterstützt und spätestens bei Abnahme aktiviert werden. Eine Beobachtung der Leistungsentwicklung in den einzelnen Fächern wird durchgeführt, z.B. durch Tests bzw. durch Selbstbeobachtung. (Referenzrahmen Lu1)

### Umsetzung/Maßnahmen:

- Als Auftakt wurde der pädagogische Tag der BAG durchgeführt,
- Arbeitsgruppe „pädagogische Konzepte“ plant realistische Umsetzung des bewegten Unterrichts,
- Fortbildung zur Schüler- und Lehrgesundheit bei Jimmi Little,
- Die Lehrkräfte besuchten die Fortbildung „Beweg dich Schule“ und das abschließende Praxiscoaching; beides gefördert durch die AOK,
- 2 bis 4 freiwillige Kinder aus jeder Klasse (3. bis 9. Klasse) ließen sich, durch die Fortbildung „Schüler bewegen Schüler“ der AOK, zu Bewegungscoaches ausbilden,
- Fortbildung „Bildung kommt ins Gleichgewicht“ (Klassenführungen 1. bis 6. Klasse),
- Anpassung des Schulprogramms.

### Förderliches:

- Alle Lehrkräfte unseres Kollegiums nahmen an sämtlichen Fortbildungen und Veranstaltungen diesbezüglich teil.
- Vorwissen durch unser Zertifikat „Gesundheitsfördernde Schule“
- Der pädagogische Tag und die Fortbildungen machten Mut verschiedene bewegungsfördernde Unterrichtsmethoden umzusetzen und informierten über den rechtlichen Rahmen z.B. bezüglich der Aufsichtsführung. Beliebt waren kurze Rituale/Bewegungen, da sie wenig Unterrichtszeit einnehmen.

### Hinderliches:

- Bedenken einiger Lehrkräfte, dass durch vermehrte Bewegung zu große Unruhe entsteht, die sich negativ auf die Lernleistung auswirken könnte.
- Um bestimmte Bewegungsformen leistungssteigernd im Unterricht einsetzen zu können, bedarf es einer sehr strukturierten und konsequenten Klassenführung, da es immer wieder Kinder gibt, die versuchen auszubrechen.
- Beginnt man als Anfänger mit zu komplexen oder langen Bewegungsphasen, kann dies zu Überforderung aller führen. Man sollte daher mit kurzen Übungen beginnen und diese bei Erfolg ggf. sukzessive erweitern.

## Ergebnis:

In den Konferenzen informierten wir Lehrkräfte uns gegenseitig über unsere Erfahrungen bezüglich bewegtem Unterrichten. Wir gaben uns gegenseitig Tipps und Ermutigungen. Die Kolleginnen und Kollegen überlegten, welche Methoden am besten zu welchem Unterricht passen könnten. Diese Aufgabe wurde an die Fachkonferenzen weitergegeben, die sich weiterhin kontinuierlich damit beschäftigen werden.

Die Kinder, die als Bewegungscoaches ausgebildet wurden, haben bereits teilweise den Unterricht bewegend gestaltet, z.B. als Unterrichtseinstieg oder zum Methodenwechsel.

Befragungen zu Folge empfinden die meisten Kinder bewegten Unterricht als abwechslungsreicher und sind dadurch oftmals aufmerksamer. Wichtig hierbei sind altersgemäße Bewegungsformen, die nicht überfordern und auch nicht peinlich für die Kinder sind; da beides zu erhöhter Unruhe führt.

## **Dimension: Arbeitsplatz und Lebensraum – Räume gestalten**

### Ziel:

Die Arbeitsplätze der Lernenden und die Räume sollen durch „Bewegungsverführer“ ergänzt werden. (Referenzrahmen AuL8)

### Umsetzung/Maßnahmen:

- Als Auftakt wurde der pädagogische Tag der BAG durchgeführt,
- Arbeitsgruppe „Innenräume gestalten“ plant am pädagogischen Tag bewegungsfreundliche Gestaltung der Räume,
- Die Lehrkräfte besuchten die Fortbildung „Beweg dich Schule“ und das abschließende Praxiscoaching; beides gefördert durch die AOK,
- Fortbildung „Bildung kommt ins Gleichgewicht“ (Klassenführungen 1. bis 6. Klasse),
- Wünsche des Lehrpersonals, bezüglich der bewegungsförderlichen Ausstattung werden berücksichtigt,
- Anschaffung von Mobiliar: Sitzkissen der AOK, Hokkis und Bellicon Trampoline von den Fördergeldern der AOK,
- Persönliche Anschaffungen durch die Klassengemeinschaften, z.B. Pezzibälle, Trittleitern und Hocker (u.a. zum Arbeiten an den Fensterbänken), Matten und Teppichfliesen zum Arbeiten auf dem Boden, etc.,
- Anpassung des Schulprogramms.

### Förderliches:

- Alle Lehrkräfte unseres Kollegiums nahmen an sämtlichen Fortbildungen und Veranstaltungen diesbezüglich teil.
- Vorwissen durch unser Zertifikat „Gesundheitsfördernde Schule“
- Der pädagogische Tag und die

### Hinderliches:

- Bedenken einiger Lehrkräfte, dass durch vermehrte Bewegung zu große Unruhe entsteht, die sich negativ auf die Lernleistung auswirken könnte.
- Um bestimmte Bewegungsformen leistungssteigernd im Unterricht einsetzen zu können, bedarf es

Fortbildungen machten Mut verschiedene bewegungsfördernde Möbel einzusetzen und informierten über den rechtlichen Rahmen z.B. bezüglich der Aufsichtsführung.

- Die Lehrpersonen stellten Regeln zum bewegten Sitzen für die gesamte Schule auf.

einer sehr strukturierten und konsequenten Klassenführung, da es immer wieder Kinder gibt, die versuchen auszubrechen.

### Ergebnis:

In den Konferenzen informierten wir Lehrkräfte uns gegenseitig über unsere Erfahrungen in der Nutzung des bewegungsförderlichen Mobiliars. Wir gaben uns gegenseitig Tipps und Ermutigungen.

Die Kinder berichten von weniger Rückenschmerzen, weil sie die Möglichkeit haben, ihre Sitzpositionen variabel zu gestalten. Durch abwechslungsreiche Lernpositionen fühlen sich die Kinder komfortabler, können ihrem Bewegungsdrang nachgehen oder einfach still in einer ihnen angenehmen Position verweilen. Dieser Komfort hat zur Folge, dass sie sich länger auf den Unterricht konzentrieren können. Einige arbeiten dadurch motivierter mit.

### **Dimension: Arbeitsplatz und Lebensraum – Räume gestalten (Außenbereich)**

#### Ziel:

Der Schulhof soll durch „Bewegungsverführer“ ergänzt werden. (Referenzrahmen AuL8)

#### Umsetzung/Maßnahmen:

- Als Auftakt wurde der pädagogische Tag der BAG durchgeführt,
- Die Arbeitsgruppe „Außengestaltung“ erarbeitete detaillierte Planungsvorschläge für die Gestaltung des Schulumfeldes. Daraufhin stellte die Gruppe die Vorschläge in der Gesamtkonferenz vor. Nachdem beraten wurde, welche Vorschläge umgesetzt werden sollten, traf sich die Gruppe mit dem Bürgermeister, Vertretern des Schulträgers und Fachpersonal der GUV, um die Machbarkeit der einzelnen Maßnahmen zu überprüfen und passten diese dementsprechend an,
- Die Gemeinde Herleshausen beteiligt sich zusätzlich an der Finanzierung der Umgestaltung des Schulhofes, da dieser auch öffentlicher Raum ist,
- Die Sportlehrkräfte besuchten die Fortbildung „WheelUp“, wodurch sie Vermittlungsmethoden für das Unterrichten mit Waveboards etc. gezeigt bekamen,
- Waveboards wurden zur Nutzung in den Pausen und im Unterricht angeschafft,
- Zur Finanzierung des grünen Klassenzimmers wurde die Aktion „Viele schaffen Vieles“ der VR Bank, in Form von Crowdfunding, genutzt,
- Anpassung des Schulprogramms.

### Förderliches:

- Vorwissen durch unser Zertifikat „Gesundheitsfördernde Schule“
- Der pädagogische Tag und die Fortbildungen machten Mut und lieferten Ideen zur praktikablen Umgestaltung des Schulhofes.
- Engagement von einem Kollegen und mehreren Schülern das Crowdfunding zu organisieren.
- Viele Spenden aus verschiedenen Quellen (Crowdfunding, Sonderprogramm der Gemeinde Herleshausen, Fördergeld der AOK)
- Die Zusammenarbeit zwischen der Arbeitsgruppe „Außengestaltung“ und den Verantwortlichen der Gemeinde.

### Hinderliches:

- Die anfängliche Ungewissheit, ob wir genügend Geldmittel generieren können.
- Treffen der Arbeitsgruppen mit Entscheidungsträgern kosten zusätzlich Zeit.

### Ergebnis:

Die Kinder, die von der Umgestaltung des Außenbereiches erfahren haben, waren begeistert von den Ideen. Die Kinder identifizieren sich mehr mit der Schule. Sätze wie „Unsere Schule ist so cool. Voll toll, dass wir sowas jetzt machen. Ich freue mich noch mehr auf die Pausen.“ fallen.

Durch den positiven Verlauf des Crowfundings, der sehr guten Zusammenarbeit mit der Gemeinde Herleshausen, anderen Geldgebern wie der Förderverein, die Sparkasse Werra-Meißner Kreis („Pimp deinen Schulhof“) und der AOK, fühlten sich die Lehrkräfte unterstützt. So relativierte sich die Arbeitsanstrengung und der zusätzliche Zeitaufwand subjektiv.

Folgendes wurde bisher angeschafft/umgestaltet: Waveboards, Longboards, zusätzliche Basketballkörbe, Boxsack, neuer Standort und Erneuerung der Tischtennisplatten.

Diesen Sommer werden folgende Projekte umgesetzt: Aufbau des grünen Klassenzimmers, Umgestaltung des Kleinsportfeldes in verschiedene Bewegungsbereiche und Einbau eines Bodentrampolins und eines Turngeräts sowie Anlegen eines begehbaren Geschichtszeitstrahls, der aus einem Preisgeld der VR Bank finanziert wird.

## Regeln für das „Bewegte Sitzen“

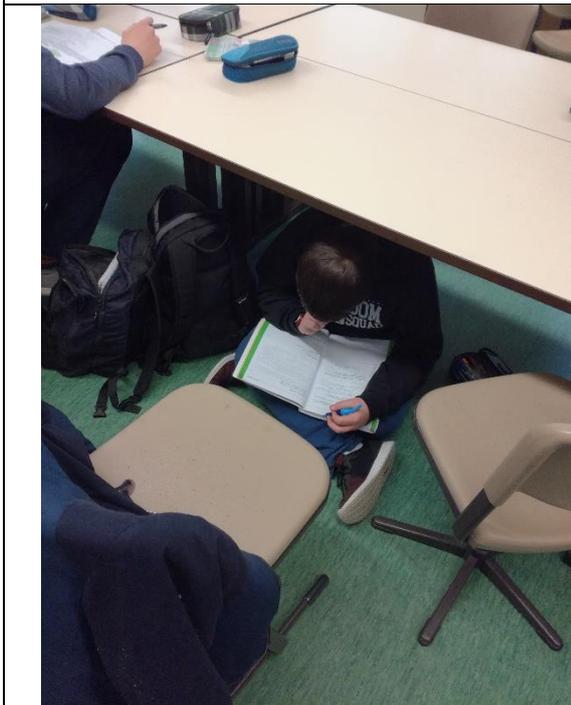
1. Wähle eine Sitzposition, die dich **optimal** beim Arbeiten unterstützt.
2. Nutze jeden Platz ohne andere zu stören.
3. Wenn du neben einem Freund sitzen möchtest, *musst* du **leise** arbeiten.
4. Wenn dir der Platz nicht gut tut, beweg dich, um **dein Bestes** zu erreichen.
5. Räume deine Materialien weg, wenn du fertig bist.
6. Bewegtes Sitzen ist ein **Privileg**.  
Der Lehrer kann jeden zu jeder Zeit wegsetzen.

Der beste Platz ist der,  
wo du am besten arbeiten kannst.

**Dimension: Arbeitsplatz und Lebensraum – Räume gestalten**







**Dimension: Arbeitsplatz und Lebensraum – Räume gestalten (Außenbereich)**



