

## Mehr Bewegung im Unterricht

**Südringgauschule**  
**Grund-, Haupt-, Realschule)**  
Schulstr. 16  
37293 Herleshausen  
<http://www.suedringgauschule.de/>



### Zielgruppe

Alle Schülerinnen und Schüler der Schule

### Wirkungen

- Selbstwahrnehmung fördern
- Selbstregulationsfähigkeit stärken
- Lernkompetenz im Arbeits- und Sozialverhalten entwickeln

### Beschreibung

Im Rahmen des Projekts „Einfach bewegen(d) – Schule gesund entwickeln“ bildete sich das Kollegium der Südringgauschule durch mehrere von der AOK finanzierte Fortbildungen im Handlungsfeld „Bewegend unterrichten“ umfassend fort. Zudem wurden Schülerinnen und Schüler durch die Fortbildung „Schüler bewegen Schüler“ zu Bewegungscoaches qualifiziert.

Mit den hier erworbenen Kompetenzen können sich die Schülerinnen und Schüler unter anderem zur Anleitung kleinerer Bewegungssequenzen in den Lerngruppen während des Unterrichts einbringen.

Eine erweiterte bewegungsförderliche Ausstattung der Klassenräume unterstützt zusätzlich das bewegte Lernen und Arbeiten.

In einer Befragung der Schülerinnen und Schüler der Südringgauschule erleben diese den bewegten Unterricht abwechslungsreicher und erklären, dass sie sich durch die Möglichkeit ihre individuelle Arbeitsposition selbstständig wählen zu dürfen, viel länger konzentrieren und aufmerksamer lernen können. Lehrkräfte bestätigen diese Wahrnehmung ebenso.

### Bezug

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>VI. Lehren und Lernen</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>VI.1 Überfachlicher Kompetenzaufbau</b>	Handlungsfeld	<b>Bewegend unterrichten</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Partizipation ermöglichen, Räume gestalten</b>

Bilder von der Südringgauschule



Verschiedene Körper- und Arbeitshaltungen



Trimilinspringen zur Aktivierung und Beruhigung



Arbeiten im Freien



Arbeitsnischen im Stehen und Knien nutzen