

Hessisches Kultusministerium

Zentrale Fortbildungseinrichtung  
für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)

HESSEN



## Projekt: Einfach bewegen(d)

Schule gesund entwickeln – 2. Staffel 2018-2020



## Impressum

### Veranstalter

Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)  
im Auftrag des Hessischen Kultusministeriums

### Projektleitung

Alexander Jordan, Leiter der ZFS  
Claudia Fröhlich-Koch

### Fachexpertise und Kooperationspartner

Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG)  
Janka Heller, Nicole Joses

### Förderer

AOK Hessen – Die Gesundheitskasse  
Madeleine Möller und Jana Sturm

### Staatliche Schulämter mit den Generalisten Schule & Gesundheit und Fachberatungen

Georg Wittich, Volker Karger, Katrin Reissner- Payer, Christoph Mogel, Staatliches Schulamt  
Gießen und Vogelsbergkreis  
Anita Hofmann, Martin Sieber, Staatliches Schulamt in Bebra  
Lara Wick, Sebastian Herbert, Staatliches Schulamt in Fulda  
Stefanie Werle-Wittmann, Nicole Lenhart, Staatliches Schulamt Bergstraße/Odenwaldkreis

### Teilnehmende Schulen

Schule am Diebsturm, Grünberg  
Ricarda-Huch-Schule, Gießen  
Aliceschule, Gießen  
Vogelsbergschule, Lauterbach  
Kleeblattschule, Wehretal  
Georg-August-Zinn-Schule, Reichelsheim  
Schule an der Weschnitz, Einhausen  
Johannes-Hack-Schule, Petersberg  
Hrabanusschule, Rasdorf

### Dokumentation

Alexander Jordan, Claudia Fröhlich-Koch und Nicole Joses  
mit Aufzeichnungen und Fotos von Teilnehmenden

### Kontakt

Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)  
Staatliches Schulamt Kassel  
Wilhelmshöher Allee 64-66, 34119 Kassel  
Telefon: 0561-8078-252  
E-Mail: [fortbildung@kultus.hessen.de](mailto:fortbildung@kultus.hessen.de)  
Internet: [www.kultusministerium.hessen.de](http://www.kultusministerium.hessen.de) >Schule >Förderangebote >Schulsport  
ZFS-Website: [www.zfs.bildung.hessen.de](http://www.zfs.bildung.hessen.de) >Projekt „Einfach bewegen(d)“

Kassel, 1. November 2020

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Dank	4
1 Einfach bewegende Schulen – ein dialektischer Denkraum	6
2 Aktuelle Herausforderungen für die Schulentwicklung	8
2.1 Bildungspolitische Voraussetzungen	8
2.2 Schulische Bedingungen	9
2.3 Entwicklungschancen durch die Projektteilnahme	10
3 Fachliche Grundlagen	11
3.1 Argumentarium	11
3.2 Arbeitshypothesen	11
4 Grundlagen zur schulischen Prozesssteuerung	13
4.1 Qualitätsrahmen „Schule gesund entwickeln“	13
4.2 Dimensionen und Handlungsfelder zur Bewegung und Wahrnehmung	14
4.3 Anhaltspunkte für die Prozessbegleitung in Projekten	15
5 Projekt „Einfach bewegen(d)“	16
5.1 Konzeptarbeit	16
5.2 Arbeitsmodell mit Ebenen und Akteuren	17
5.3 Ziele	19
5.4 Projektablauf mit Meilensteinen	19
5.5 Fortbildungsmodule	22
5.6 Finanzielle Ausstattung	24
5.6.1. Empfehlungen zur Finanzierung von gesundheits- und bewegungsfördernden Schulentwicklungsvorhaben	24
6 Ausgewählte Ergebnisse in Form von Praxisbeispielen der Projektschulen	26
7 Projektauswertung	44
7.1 Projektwirkung	45
7.2 Unterrichtsentwicklung	45
7.3 Raumgestaltung	45
7.4 Haltung von Lehrerinnen und Lehrern	45
7.5 Haltung von Schülerinnen und Schülern	46
7.6 Organisation von Projekt-und Schulentwicklung	46
8 Fazit	47
8.1 Empfehlungen für Schulentwicklung	47
8.2 Erkenntnisse für Unterstützungsleistungen	48
9 Ausblick	50
Literatur	52

## Vorwort und Dank

„Wer Kindern und Jugendlichen die Chance geben möchte,  
optimal lernen zu können,  
der schenkt ihnen Bewegungsmöglichkeiten!“

Mit dieser Leitidee wird von Beginn an herausgestellt, dass Bildung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen unter der Perspektive der Bewegungsförderung gesamtgesellschaftliche Aufgaben sind. Angesprochen sind Lehrkräfte, Schulleitungen, Schulaufsicht, Mitarbeitende in Behörden, Ämtern und Ministerien, Expertinnen und Experten von Bildungsträgern und Beratungsstellen sowie weiterer öffentlicher Einrichtungen, die sich die Erziehung hin zu einem bewegten und gesunden Lebensstil zur Aufgabe gemacht beziehungsweise den Auftrag dazu erhalten haben.

### Vom Projektvorschlag zur Projektentstehung

Das Landesprogramm Schule & Gesundheit (S&G) pflegt seit seiner Entstehung Kooperationen zu außerschulischen Partnerinnen und Partnern mit dem Ziel, einerseits wirkungsvoller durch Fachexpertise und Multiprofessionalität für die Gesundheitsförderung an den Schulen zu sein und andererseits effektiv innere wie äußere Ressourcen für die Schulentwicklung einzusetzen oder zu generieren.

Bereits im Schuljahr 2014-2015 hat sich die Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG) mit dem Vorschlag an die „AOK Hessen – Die Gesundheitskasse“ sowie über die Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS) an das Hessische Kultusministerium (HKM) gewendet mit der Idee, zu ihrem Leitmotiv „einfach bewegen“ ein Projekt für Schulen konzipieren zu wollen. In mehrstufigen Arbeitsphasen reifte dieser Vorschlag und führte unter der Projektleitung der ZFS mit Jahresanfang 2016 in eine breite Projektvorbereitungsphase.

Mit dem akzentuierten Projekttitle „Einfach bewegen(d) – Schule gesund entwickeln“ wird deutlich, worum es geht: Auf der Grundlage eines mehrdimensionalen Bewegungsverständnisses steht neben der körperlich-motorischen Bewegungsförderung vor allem eine persönlichkeitsbildende Entwicklungsförderung im Zentrum, die sozial-emotionale Lerngelegenheiten braucht, um die Schülerinnen und Schüler wie auch deren Lehrkräfte „in Bewegung“ zu bringen. Andererseits stellt der Titel klar, dass es um die Entwicklung von Schulen mit ihren Zielsetzungen und Strukturen geht, welche die Gesundheitsförderung aller Beteiligten auf der Basis eines salutogenen Gesundheitsverständnisses in den Fokus rückt.

### Aufbau des Projektberichts

In dem vorliegenden Bericht sind die zentralen Arbeitsergebnisse im Projekt von August 2018 bis Juli 2020 dokumentiert und die Ergebnisse der Evaluation vorgestellt. In die Entwicklung der 2. Staffel sind Fazit und Erkenntnisse der 1.Staffel eingearbeitet.

Ausgehend von einem Denkraum (Kapitel 1), der das Spannungsfeld zwischen einer sitzengebliebenen gegenüber einer bewegenden Schule eröffnet, werden die aktuell

vielfältigen Herausforderungen für Schulen benannt (Kapitel 2), an welche das Projekt anknüpft. Auf der Grundlage eines fachwissenschaftlichen Argumentariums zu den Wirkungen von Bewegung im Zusammenspiel mit Lernen, Leisten und Verhalten werden zentrale Arbeitshypothesen für das Projekt dargestellt (Kapitel 3). Die Qualitätsrahmen wie der Hessische Referenzrahmen Schulqualität sowie der Qualitätsrahmen Schule & Gesundheit geben Anhaltspunkte zur Prozesssteuerung der Schulentwicklungsschritte vor (Kapitel 4). Die Grundlagenkapitel werden abgeschlossen durch die Beschreibung der Projektkonzeption (Kapitel 5). Ausgewählte Projektergebnisse sind als Modelle guter Praxis der Schulen dokumentiert. Mit ihrem exemplarischen Charakter können sie inspirieren und bieten zugleich Orientierung für vergleichbare Schulentwicklungsprozesse an (Kapitel 6). Im folgenden Abschnitt werden die Erkenntnisse als Fazit des Projekts auf der Schulebene wie auch auf der Unterstützungsebene zusammengefasst (Kapitel 7). Mit dem Ausblick (Kapitel 8) sind Empfehlungen aus dem vorangegangenen Abschnitt benannt, die unter anderem auch in die Projektkonzeption „Einfach bewegen(d)“ der nachfolgenden dritten Staffel eingeflossen sind.

### Danksagung

Wir möchten uns bedanken bei allen Kolleginnen und Kollegen, die dieses Projekt „Einfach bewegen(d)“ ermöglicht und unterstützt haben. Unser großer Dank geht an die Schulen. Sie haben auf den Ebenen der Schulprojektleitung, der Schulleitung und allen beteiligten Lehrkräften sowie Schüler- und Elternvertretungen das Projekt angenommen und innerhalb ihrer Rahmenbedingungen bestmögliche Ergebnisse erzielt. Mit der Reflexion ihrer Haltung zur Bewegungsförderung haben sie einen Veränderungsprozess begonnen, der beispielgebend sein kann. Bei allem war die Initiative und Expertise der BAG für die Projektarbeit eine großartige Unterstützung, auf die wir uns verlässlich, kontinuierlich und impulsgebend stützen konnten. Vielen Dank für diese gewinnbringende Zusammenarbeit. Ein besonderes Dankeschön möchten wir an die verantwortlichen Mitarbeiterinnen der „AOK Hessen – Die Gesundheitskasse“ richten. Sie haben das Projekt mit persönlichem Engagement begleitet und mit finanziellen Ressourcen unterstützt.

Letztendlich richten wir unseren Dank auch an die Leitungen unserer Einrichtungen, an die Fachberaterinnen und Fachberater sowie an die Generalistinnen und Generalisten S&G der beteiligten Staatlichen Schulämter, die bereit waren, ihre zeitlichen Ressourcen unmittelbar in das Projekt einzubringen und ebenso kooperativ, kollegial wie auch kompetent in ihren Verantwortungsbereichen mitgewirkt haben.

Gerne laden wir Sie, liebe Leserinnen und Leser, zu Ihrem Feedback zum Projekt „Einfach bewegen(d)“ ein und freuen uns über den Austausch mit Ihnen!

*Alexander Jordan und Claudia Fröhlich*

## 1 Einfach bewegende Schulen – ein dialektischer Denkraum

Denkräume bieten eine wichtige und sinnstiftende Sequenz zu Beginn von Veranstaltungen, Prozessen oder Projekten an, um alle Beteiligten im Dialog auf die Ziele, Inhalte oder Arbeitsweisen der kommenden Phasen einzustimmen. In Denkräumen kann eine thematische Ideensammlung entstehen, ein Themenspeicher eröffnet oder ein Vorhaben einbeziehungsweise abgegrenzt werden.

Mit dem Start in das Projekt „Einfach bewegen(d)“ wurde zu Beginn der konzeptionellen Grundlegung ein ebensolcher Denkraum erarbeitet und zum Projektende bei erneuter Betrachtung ergänzt. Die anschließend dargestellten Arbeitsergebnisse entstanden durch folgende zentrale Fragestellung:

Welche Merkmale zeichnen „Bewegende Schule“ im Vergleich zu „Sitzengebliebenen Schulen“ aus?

Sitzengebliebene Schulen...	Bewegende Schulen...
...orientieren sich am Defizit und nutzen Bewegung nur zur Kompensation	...erkennen die wesentliche Bedeutung von Bewegung für Lernprozesse
...schränken Bewegung z.B. durch Verbote im Unterricht ein	...nutzen Bewegung als lernförderndes Element in allen Fächern, Pausen und außerunterrichtlichen Aktivitäten
...begrenzen Bewegung nur auf das Fach Sport	...unterrichten nach aktuellen didaktischen Erkenntnissen
...nutzen Gebäude nicht bewegungsorientiert	...gestalten Schulgebäude und -gelände bewegungsförderlich und bedürfnisorientiert
...pflegen das Einzelkämpfertum	...arbeiten im Team
...machen krank und erzeugen Schulfrust für alle Beteiligten	...pflegen eine Feedback- und Partizipationskultur
...sind starr, gleichförmig und innovationslos	...haben feste Besprechungszeiten und -orte mit gemeinsamen Regeln
...haben Lehrkräfte, die im Thema „Bewegung & Wahrnehmung“ nicht fortgebildet sind	...öffnen sich nach außen und vernetzen sich in Stadt und Region
	...bilden sich regelmäßig und zielorientiert fort
	...halten sich an klare Regeln, die der Kooperation aller dienen

<p>...sind antriebsarm, energielos und bewegen sich nicht</p> <p>...fühlen sich überlastet und entlasten sich scheinbar mit einer Verweigerungshaltung</p> <p>...haben keine gemeinsame pädagogische Position</p>	<p>...denken und handeln ressourcenorientiert</p> <p>...haben Mut zum Experiment</p> <p>...sind bereit für Veränderungen</p> <p>...erkennen die Notwendigkeit, Ressourcen wie Zeit und Budget in bestimmte Veränderungen zu investieren</p> <p>...haben ihre Motive und Intentionen für ihr pädagogisches Handeln geklärt</p> <p>...setzen nicht nur auf Produkte, sondern schätzen auch haltungsfördernde Prozesse wert</p> <p>...haben Schulleitungen, die sich an Projekten beteiligen sowie das Kollegium führen und unterstützen</p>
---	---

(Arbeitsergebnis der 1. Konzepttagung „Einfach bewegen(d) – Projekte gesund managen“, Frankfurt, 04.02.2016, modifiziert in der 4. Konzepttagung, Ronneburg, 26.04.2018)

Aus der Gegenüberstellung der Merkmale und Kennzeichen von einem erstarrten versus einem bewegenden Schulmodell klären sich die themenbezogene Einstellung und Haltung der Beteiligten:

- Worin liegt die Idee dessen, was wir bewirken wollen?
- Wo sind inhaltliche Ansatzpunkte zu finden?
- Welche konkreten Elemente braucht eine zukünftige Arbeitsstruktur?
- Worin besteht der Geist, mit dem sich die handelnden Personen auf einen möglichst gelingenden Weg machen?

Auf Basis dieses Denkraums wurden im weiteren Verlauf der Konzeptarbeit ein fachliches Argumentarium sowie Arbeitshypothesen für die Projektarbeit entwickelt (vgl. Kapitel 3), die leitend und inspirierend für die inhaltlich-strukturelle Ausrichtung des Projekts geworden sind.

## 2 Aktuelle Herausforderungen für die Schulentwicklung

Projekte finden stets parallel zum Schulalltag und zu allen sonstigen Arbeitsprozessen oder Entwicklungsvorhaben statt. Mit einem definierten Anfang und Ende stellen sie in Schulen zusätzliche Anforderungen neben allen anderen ohnehin zu erledigenden Aufgaben dar.

Schulische Rahmenbedingungen verändern sich aktuell durch die Vorgaben der Corona-Pandemie. So sind hinzukommende Anforderungen, wie auch das Projekt „Einfach bewegen(d)“, mit seinen Chancen und Möglichkeiten mit diesen Bedingungen abzustimmen.

Da Bewegungsförderung eine Querschnittsaufgabe in der Schulentwicklung ist, macht es Sinn, neue schulische Projektvorhaben in bereits von der Schule beschlossene oder anstehende Vorhaben zu integrieren. Die Suche nach solchen Bezügen zur thematisch-inhaltlichen Vernetzung ist nachhaltig und ressourcenschonend.

### 2.1 Bildungspolitische Voraussetzungen

Das Land Hessen verfolgt aktuell im Kultusbereich vier sogenannte priorisierte Themen. Diese werden im Folgenden kurz beschrieben und mit ersten Anknüpfungspunkten zum Projekt verbunden:

#### Ganztag

Die zentralen, zu entwickelnden Qualitätsbereiche aus dem Ganztag (wie Aufgaben- & Lernkultur, Räume & Ausstattung, Rhythmisierung & Zeitstruktur, Partizipation, Kooperation, Pausen & Essen) sind in den drei GQ-Dimensionen der Teilzertifikate explizit aufgegriffen und auf der Basis eines Gesundheitsmanagements gesichert (vgl. Kapitel 4). Bewegung und Sport sind hier ein großes und umfangreiches Handlungsfeld. Die Rhythmisierung durch Anspannungs- und Entlastungsphasen stellt eine bedeutende Herausforderung dar.

#### Integration

Die Stärkung von Lebenskompetenzen auf der Basis von gesundheitlicher Grundversorgung im Kontext mit sozio-kulturellen Faktoren ermöglicht die Entwicklung eines Klimas aus Wertschätzung von Individualität und Vielfalt. Bewegungsförderung bietet hier die Chance, im praktischen Miteinander Bildungsinhalte ebenso spielerisch wie alltagsrelevant zu lernen.

#### Medienbildung

Das angelegte Spannungsfeld zwischen der Digitalisierung aller Lebensbereiche und den Grundbedürfnissen menschlicher Entwicklung greift Schule & Gesundheit mit der Bildung einer ausbalancierten Haltung zur Achtsamkeit einerseits und einem Kompetenzerwerb zur Teilhabe in relevanten Lebensbereichen andererseits auf. Bewegungsförderung hält dabei im Blick, dass eine gesunde menschliche Entwicklung und Reifung vielfältige Bewegungsgelegenheiten brauchen.

#### Berufsorientierung

Die Feststellung und Förderung der überfachlichen Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sind im Rahmen der Berufsorientierung und eines fließenden Übergangs von der Schule in das Berufsleben von besonderer Bedeutung. Die dazu erforderlichen personalen,

sozialen und methodischen Kompetenzen werden durch Angebote in den verschiedenen Themenbereichen von Schule & Gesundheit maßgeblich erworben. Bewegungsförderung stellt hier eine Grundlage für den Kompetenzerwerb eines bewegten und gesunden Lebensstils dar.

## 2.2 Schulische Bedingungen

Das Projekt „Einfach bewegen(d)“ gibt einen verbindlichen Rahmen zur Projektteilnahme vor (vgl. Kapitel 5). Die Konkretisierung des Projektvorhabens und des inneren Verlaufs kann und muss jedoch von jeder Schule selbst bestimmt werden. So sind die schulbezogenen Voraussetzungen und Bedingungen der teilnehmenden Schulen unbedingt zu berücksichtigen (vgl. HRS, Qualitätsbereich I). Folgende Bereiche sind dabei relevant:

### Bildungspolitische und rechtliche Vorgaben

Gesetze, Verordnungen und Erlasse geben den Rahmen für die Bildungs- und Erziehungsarbeit vor und stecken damit den Handlungsspielraum von Schulen ab. Daher sind mögliche Realisierungsprobleme zu beachten, die bei der Umsetzung verbindlicher Vorgaben auftreten können, insbesondere wenn diese mit pädagogischen Entwicklungsvorhaben kollidieren.

### Schülerschaft und Schulumfeld

Die Zusammensetzung der Schülerschaft und das Umfeld der Schule beeinflussen die Prozess- und Ergebnisqualität schulischer Arbeit. Deshalb müssen diese Gegebenheiten als unveränderbare, aber wichtige Determinanten Berücksichtigung finden. Projektvorhaben sind pädagogisch und organisatorisch darauf abzustimmen.

### Personelle Ressourcen

Die personelle Ausstattung von Schulen wird immer multiprofessioneller. Einerseits ist zu beachten, ob adäquates Lehrpersonal zur Verfügung steht, um den Bildungs- und Erziehungsauftrag zu erfüllen. Andererseits sind aber auch alle Personen aus dem Unterstützungssystem zu berücksichtigen, wie zusätzliches pädagogisches Personal, Betreuungskräfte, externe Kräfte für außerunterrichtliche Angebote oder technisches und administratives Personal.

### Räume & Ausstattung

Die Räumlichkeiten sollen eine angemessene und bedarfsorientierte Umsetzung des Bildungs- und Erziehungsauftrages ermöglichen. Dabei sind Größe der Räume und Flächen der Anlage ebenso entscheidend wie die Sachausstattung mit Mobiliar oder auch Lehr- und Lernmitteln. Alternative und flexible Raumnutzung beeinflussen das Schulklima.

### Bildungs- und Unterstützungsangebote am Schulstandort

Lernmöglichkeiten und -angebote in einem bildungsanregenden Umfeld tragen auf informelle Art zur Erfüllung des Bildungs- und Erziehungsauftrags gegenüber den Schülerinnen und Schülern bei. Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten für Lehrkräfte oder

Beratungsmöglichkeiten zur Schulentwicklung nehmen Einfluss auf die Qualität von Lehr- und Lernprozessen. Durch den Anreizgrad der Angebote wird Schulentwicklung beeinflusst.

### Profilbildung der Schule

Schulen entwickeln ihre Arbeitsschwerpunkte selbständig und prägen dadurch ihr eigenes Profil. Dieses findet sich in ihrem Leitbild wieder. Durch Entscheidungen zum Beispiel hin zu einer Ganztagschule (wie Profil 1, 2 oder 3) oder ausgerichtet an Landesprogrammen (wie Schule & Gesundheit, Sport, Musik oder Kultur) werden langfristige Prozesse zur Schulentwicklung geplant und umgesetzt. Daher muss dem Selbstverständnis der Schule eine hohe Beachtung beigemessen werden.

## 2.3 Entwicklungschancen durch die Projektteilnahme

Orientiert an den bildungspolitischen Vorgaben und den schulischen Rahmenbedingungen zielt dieses Projekt schwerpunktmäßig auf das „Kerngeschäft“ von Schule ab, um für Schülerinnen und Schüler, Lehrkräfte und alle in der Schule Beteiligten bestmögliche Voraussetzungen zum Lernen und Arbeiten zu schaffen. So verstanden bietet dieses Projekt eine besondere Form der Unterstützung mit einer vielfältigen und passgenauen Struktur an. Dazu gehören folgende Aspekte:

- Nachhaltige Vereinbarungen und Absprachen treffen
- Fachliche Expertinnen und Experten nutzen
- Sich mit Kolleginnen und Kollegen aus anderen Schulen beziehungsweise Schulformen austauschen
- Organisatorische, formale und inhaltliche Begleitung einfordern
- Auf ein solides fachspezifisches wie pädagogisches Argumentarium zurückgreifen
- Spezifische themenbezogene Fortbildungsmodulare auswählen und belegen
- Schulisches Projekt- beziehungsweise Gesundheitsmanagement optimieren
- Schulgemeinde einbeziehen
- Anschubfinanzierung für Anschaffungen nutzen
- Außenwirkung der Schule steigern
- Mit der Projektteilnahme zum Sponsoring für konkrete Ziele und Inhalte werben
- Mit Zertifizierungsoptionen Schulentwicklungsleistungen wertschätzen

Die Ausgestaltung der Bausteine wird in den nachfolgenden Kapiteln beschrieben.

### 3 Fachliche Grundlagen

Das Thema Bewegungsförderung ist in seinen Zusammenhängen zur Lernoptimierung und Verhaltensentwicklung wie auch zur körperlich und sozial-emotionalen Entwicklung weitreichend erforscht und mit stabilen Belegen begründet. Daher kann sich die inhaltliche Projektidee auf wissenschaftliche Befunde stützen. Die nachfolgend beschriebenen Argumente und Hypothesen sind hier bereits mit Blick auf den pädagogischen Handlungskontext Schule aufgeschrieben.

#### 3.1 Argumentarium

Das Argumentarium stellt den Kern der Begründungen für den Schulentwicklungsansatz dar, weil in allen Argumenten Wirkungen durch Bewegung aufgezeigt werden, die unmittelbar positiven Einfluss auf das Lernen, Leisten und Verhalten haben:

- Bewegung fördert die Gesundheit.  
(vgl. Bangsbo J., u.a. (2016); Walter, U., Kramer, S., Röbl, M. (2005))
- Es gibt ein natürliches Bedürfnis nach Bewegung.  
(vgl. De Bock, F. (2012))
- Bewegung aktiviert das Gehirn (Optimierung der Lernleistung, Förderung von Entwicklungsprozessen).  
(vgl. Ayres, J. (1998); Dordel, S. & Breithecker, D. (2003); Eberle, U. (2016); Kubesch, S. (2008); Voll, S. & Buuck, S. (2012); Walk, L. (2011))
- Bewegung wirkt entlastend.
- Bewegung wirkt inklusiv für alle Schülerinnen und Schüler.
- Bewegung fördert die überfachliche Kompetenzentwicklung.  
(vgl. Beigel, D. (2012))
- Bewegung fördert den Aufbau eines positiven Selbstkonzepts.  
(vgl. Quante, S. (2010))
- Bewegung fördert die Lehrer-Schüler-Beziehung/ Schüler-Schüler-Beziehung.
- Bewegung schafft Emotionen.  
(vgl. Hannaford, C. (1996))

#### 3.2 Arbeitshypothesen

Mit den Arbeitshypothesen ist auf der Grundlage des Argumentariums ein Denk- und Handlungsraum geschaffen, der den Blick auf die Ziele und die Wirkungen des Projektes öffnet. Die Arbeitshypothesen können daher sowohl zu bestimmten Vorhaben anregen als auch zur Überprüfbarkeit der Nachhaltigkeit des initiierten Schulentwicklungsprozesses durch das Projekt motivieren. In jedem Fall müssen sie inhaltlich im Projektverlauf in kleinen Schritten und Maßnahmen aufgearbeitet werden.

Das Projekt „Einfach bewegen(d)“ basiert somit auf den folgenden fünf **Arbeitshypothesen**, die im Rahmen der 1. Konzepttagung im Juni 2018 gemeinsam von den zuständigen Generalistinnen und Generalisten und Fachberatern und Fachberaterinnen der Staatlichen Schulämter, den Vertreterinnen der AOK und BAG sowie der Projektleitung entwickelt wurden:

#### Arbeitshypothese 1

Wenn Bewegung die Persönlichkeitsentwicklung und -reifung unterstützt, dann ist Bewegungsförderung eine überfachliche Schulentwicklungsaufgabe.

#### Arbeitshypothese 2

Wenn Schülerinnen und Schüler die Gelegenheit haben, sich bedürfnisgerecht zu bewegen, werden sich ihre Lernleistungen verbessern.

#### Arbeitshypothese 3

Wenn Lehrkräfte in ihrer pädagogischen Haltung für die Bewegungsförderung sensibilisiert sind, dann sind sie bereit Bewegung zuzulassen.

#### Arbeitshypothese 4

Wenn Lehrkräfte Bewegung als didaktisch-methodische Bereicherung erkennen, dann werden sie Ihren Unterricht bewegend gestalten.

#### Arbeitshypothese 5

Wenn Lernräume Bewegung ermöglichen, dann können sich Schülerinnen und Schüler selbstorganisiert bewegen.

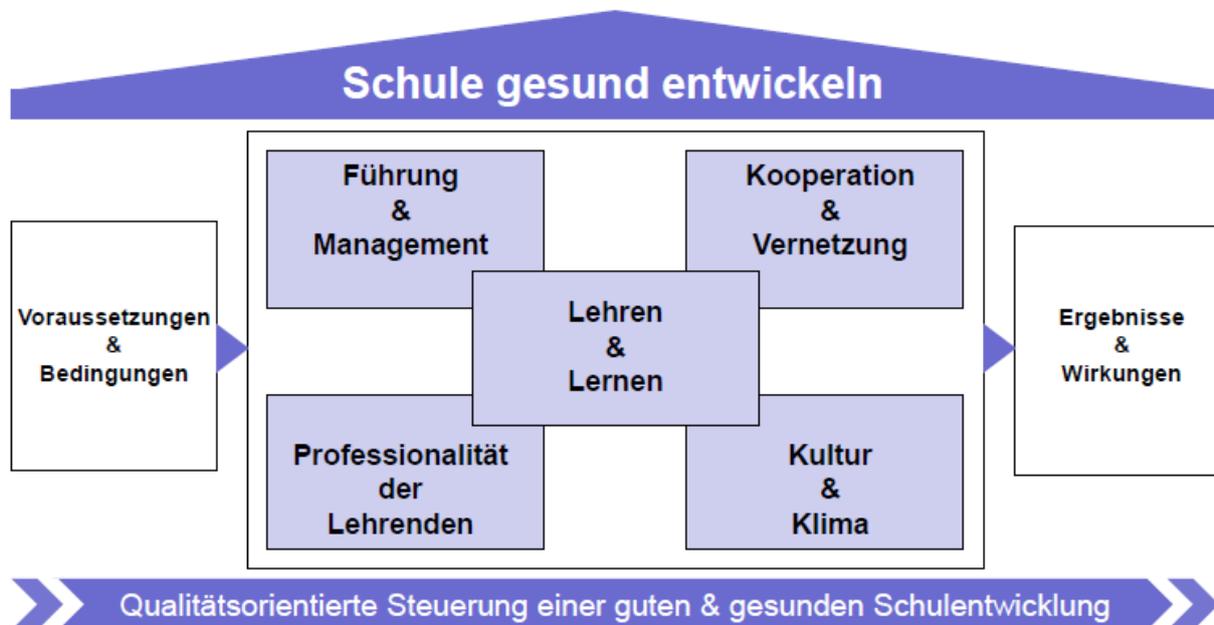
## 4 Grundlagen zur schulischen Prozesssteuerung

Zur Steuerung des Prozesses nutzt das Projekt die beiden maßgeblichen Qualitätssysteme des Landes in Bezug auf das vorliegende Thema. Diese sind zum einen der Hessische Referenzrahmen für Schulqualität (Stand Dezember 2011) und zum anderen der Qualitätsrahmen Schule & Gesundheit (Stand Juni 2017). Beide Systeme werden im Folgenden dargestellt und wieder aufgegriffen (vgl. Kapitel 6: Einordnung der Praxisbeispiele der Schulen). Anhaltspunkte für die Prozessbegleitung kennzeichnen die Bedeutung und die Rolle der Beratung im Projekt.

### 4.1 Qualitätsrahmen „Schule gesund entwickeln“

Auf der Grundlage des Hessischen Referenzrahmens für Schulqualität (HRS) skizziert das Projekt einen daran angelehnten Qualitätsrahmen „Schule gesund entwickeln“. Dieser angepasste Rahmen greift alle Qualitätsdimensionen des HRS auf, gewichtet sie aber leicht verändert. Das wird vor allem am Qualitätsbereich V „Schulkultur“ des HRS deutlich, der nun in die Bereiche „Kultur & Klima“ sowie „Kooperation & Vernetzung“ aufgegliedert ist. Die Entscheidung dafür begründet sich auf der Möglichkeit für die Schulen, ihre Handlungsbereiche und Leistungen sichtbarer machen zu können. Darüber hinaus lebt die Gesundheitsförderung geradezu von einem vielfältigen Netzwerk von Partnerinnen und Partnern, die Impulse und Aktivitäten zur Gesundheitsbildung anbieten.

So stellt sich der projektspezifische Qualitätsrahmen „Schule gesund entwickeln“ folgendermaßen dar:



(Qualitätsrahmen „Schule gesund entwickeln“, Stand: 15.05.2018, in Anlehnung an den Hessischen Referenzrahmen für Schulqualität, Dezember 2011)

## 4.2 Dimensionen und Handlungsfelder zur Bewegung und Wahrnehmung

Das Landesprogramm Schule & Gesundheit hält einen Qualitätsrahmen vor, der sich in verschiedene Themen, Dimensionen, Handlungsfelder und Kriterien mit Anhaltspunkten gliedert. Das Projekt „Einfach bewegen(d)“ arbeitet am inhaltlichen Schwerpunkt der Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung und setzt somit auf das Thema Bewegung & Wahrnehmung aus dem S&G-Programm.

Die fachliche Gliederung des Themas Bewegung & Wahrnehmung stellt sich wie folgt dar:

<b>Lehren &amp; Lernen</b>  Bewegend unterrichten Lehrkräfte qualifizieren Projekte etablieren Sportunterricht stärken Angebote schaffen	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>  Schulzeit rhythmisieren Partizipation ermöglichen Räume gestalten Mitarbeitende aktivieren Veranstaltungen ritualisieren	<b>Gesundheitsmanagement</b>  Schulentwicklung prägen Ressourcen nutzen Arbeitsschutz gewährleisten Kooperation pflegen Gesundheitsteam verankern
--	--	---

(Orientiert am Gesundheitsqualitäts-Bogen (GQ-Bogen) zum Teilzertifikat Bewegung & Wahrnehmung aus Schule & Gesundheit, Stand 01.06.2017. Weitere Informationen unter:

[www.kultusministerium.hessen.de](http://www.kultusministerium.hessen.de) >Schule >Förderangebote >Schule & Gesundheit)

Mit dieser Struktur wird im Projekt gearbeitet, wenn es um den fachlichen Bezug zu den Schulentwicklungsvorhaben geht. Die systematische Einordnung der Überlegungen, Entscheidungen und Ergebnisse bereitet vor, dass über die Projektzeit hinaus eine bleibende Struktur besteht, mit der zum Beispiel auch das entsprechende Teilzertifikat Bewegung & Wahrnehmung auf dem Weg zum Gesamtzertifikat „Gesundheitsfördernde Schule“ in Hessen erreicht werden kann.

### 4.3 Anhaltspunkte für die Prozessbegleitung in Projekten

„Schule gesund entwickeln“ bedeutet,  
einen Schulentwicklungsprozess zu gestalten,  
der handhabbar, verstehbar und sinnstiftend ist,  
um alle Beteiligten in ihrer pädagogischen Haltung zu sensibilisieren,  
damit ihr Handeln kognitiv, sozial-emotional und körperlich  
sowohl systemisch als auch individuell gesundheitsfördernd wirkt.

Mit der Integration eines salutogenen Gesundheitsverständnisses in das Konstrukt des Projektmanagements ist der Kontext für die Etablierung eines Gesundheitsmanagements geschaffen, welches die Dimensionen und Kriterien der Gesundheitsqualität (unter anderem GQ-Bögen S&G) auf den Entwicklungsstand und die Entwicklungsschritte von Schule anlegt.

Somit geht es darum, Schulen mit einer angemessenen Prozessbegleitung zu unterstützen, um „gesund und gut“ eine nächste (höhere) Schulentwicklungsstufe zu erreichen, diese möglichst lange zu erhalten und perspektivisch ausbauen zu können.

Prozessbegleitung muss daher folgende Eigenschaften vereinen:

- zielorientiert
- bedarfsorientiert
- kontinuierlich
- praxisrelevant

(Ergebnis der 4. Konzepttagung im Projekt „Einfach bewegen(d)“, 26.04.2018)

Mit dieser Orientierung zur Prozessbegleitung im Projekt kann „das in Gang gekommene“ gangbar gemacht werden. Projekte sind stets Störfaktoren eines erreichten Status Quo im Unterricht oder im Schulleben. Projekte setzen auf Veränderung. Das heißt damit aber auch, dass Projekte sich auf eine aktive Gestaltung einer gewünschten oder beabsichtigten Entwicklung stützen und verlassen müssen, um Ziele erreichen oder um Korrekturen auf eingeschlagenen Wegen vornehmen zu können. Und genau das sind die Aufgaben von Beraterinnen und Beratern.

## 5 Projekt „Einfach bewegen(d)“

Auf der Basis der fachlichen Grundlagen und der Grundlagen zur schulischen Prozesssteuerung (vgl. Kapitel 3 und 4) wird nachfolgend die Projektkonzeption mit ihrer inneren Struktur dargestellt. Die äußere Klammer wird durch die vorangestellten Arbeitshypothesen des Projekts gebildet.

### 5.1 Konzeptarbeit

Im Rahmen des zweijährigen Projekts fanden veranstaltet durch die ZFS insgesamt drei Konzepttagungen statt. An diesen Konzepttagungen haben neben den Projektmitarbeiterinnen und -mitarbeitern der ZFS, BAG und AOK die zuständigen koordinierenden Fachberaterinnen und Fachberater sowie die Generalistinnen und Generalisten S&G der beteiligten Staatlichen Schulämter teilgenommen gemeinsam mit den zuständigen koordinierenden Fachberaterinnen und Fachberatern sowie den Generalistinnen und Generalisten S&G der beteiligten Staatlichen Schulämter teilgenommen. Durch diesen interdisziplinären Austausch ist es auch in dieser 2. Staffel gelungen, die Qualität des Projekts stets im Blick zu behalten und zu steigern.

In der ersten Konzepttagung wurde zunächst die Evaluation und das Fazit aus der 1. Staffel zusammengetragen sowie an der Schärfung der Projektstruktur und des Projektablaufs mit Klärung der verschiedenen Rollen und Aufgaben der Beteiligten gearbeitet. Im Mittelpunkt der zweiten Tagung standen die Inhalte und Struktur der Vorgespräche und der Pädagogischen Tage, sowie die schulischen Zeit-Ziel-Maßnahmenpläne. Empfehlungen für die weitere Beratungsarbeit der Fachberaterin und Fachberater wurden erarbeitet. Im Mittelpunkt der dritten Konzepttagung standen die vorliegenden Zeit-Ziel-Maßnahmenpläne der Schulen. Diese wurden beraten und den Fachberaterinnen und Fachberatern der Schulämter Empfehlungen für die weitere Beratungsarbeit ausgesprochen. Gemeinsam wurden Ideen für die Finanzierung und Anschaffung von bewegungsfördernden Geräten und Materialien zusammengetragen. Die Ergebnisse wurden unter anderem in das Fazit (vgl. Kapitel 7) eingearbeitet.

## 5.2 Arbeitsmodell mit Ebenen und Akteuren

Mit Beteiligung der verschiedenen Institutionen gliederte sich das Projekt „Einfach bewegen(d)“ in drei Arbeitsebenen: Landes-, Regional- und Schulebene.

Nachfolgend sind die Akteure der drei Ebenen aufgelistet:

### Landesebene

Hessisches Kultusministerium (HKM)	Ulrich Striegel (Referat I.4, Wiesbaden)
Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS) Projektleitung	Alexander Jordan (Leitung ZFS) Claudia Fröhlich-Koch
Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG)	Janka Heller Nicole Joses
AOK Hessen – Die Gesundheitskasse	Mona Nüchter Madeleine Möller Jana Sturm

### Regionalebene

Staatliches Schulamt Gießen und Vogelsbergkreis	Georg Wittich und Volker Karger Katrín Reissner-Payer Christoph Mogel
Staatliches Schulamt Fulda	Lara Wick Sebastian Herbert
Staatliches Schulamt Bebra	Anita Hofmann Martin Sieber
Staatliches Schulamt Bergstraße Odenwaldkreis	Stefanie Werle-Wittmann Nicole Lenhart

Schulebene

Schule am Diebsturm, Grünberg	A. Pepler (Schulleiterin (SL)) S. Karger, E. Christ (Schulprojektleitung (SPL))
Ricarda-Huch-Schule, Gießen	P. Güßfeld (SL) M. Benner, S. Lukas (SPL)
Aliceschule, Gießen	M. Röder (SL) A. Trutti, C. Weber (SPL)
Vogelsbergschule, Lauterbach	H. Arnold (SL) E. Fleischer, D. Zimmer (SPL)
Schule an der Weschnitz, Einhausen	S. Aust (SL) C. Schmidt, M. Stein, Fr. Kaiser (SPL)
Georg-August-Zinn-Schule, Reichelsheim	K. Gebhard- Albrecht (SL) K. Berg, H. Hüttlinger (SPL)
Johannes-Hack-Schule, Petersberg	K. Wahsner (SL) S. Krause, S. Herbert (SPL)
Hrabanusschule, Rasdorf	I. Müller (SL) D. Nickel (SPL)
Kleeblattschule, Wehretal	A. Schumacher (SL) N. Schaumburg, R. Binneberg (SPL)

### 5.3 Ziele

Das übergeordnete Ziel des Projekts „Einfach bewegen(d)“ ist es, unter aktiver Mitwirkung aller Beteiligten einen Gesundheitsförderungsprozess zu initiieren und zu begleiten, der zu einer nachhaltigen Verbesserung der gesundheitlichen Situation aller Beteiligten im Lern- und Lebensraum Schule führt.

Innerhalb der drei Ebenen wurden folgende Projektziele definiert:

#### Landesebene

- L1 Bewegungsfördernde Schulen orientieren sich am Hessischen Referenzrahmen Schulqualität und sind in den drei GQ-Dimensionen von S&G entwickelt.
- L2 Modelle inspirierender Praxis (zur Steuerung) bewegungsfördernder Schulen sind entwickelt.
- L3 Ein landesweites Netzwerk „Bewegungsfördernde Schulen“ ist aufgebaut.
- L4 Die Kooperation von HKM/ZFS, BAG, AOK und SSA ist wirkungsvoll.

#### Regionalebene

- R1 Die Begleitung der Fachberatung im SSA (FB) ist für den Projektprozess an den Schulen nachhaltig wirkungsvoll.
- R2 Ein regionales Unterstützungssystem hat sich etabliert.

#### Schulebene

- S1 Schülerinnen und Schüler erleben sich in ihren Lernprozessen durch Bewegungsförderung wirkungsvoll unterstützt.
- S2 Lehrkräfte gestalten Lernprozesse zunehmend bewegungsfördernd.
- S3 Bewegungsförderung steigert die Arbeitsplatzzufriedenheit der Lehrkräfte.
- S4 Instrumente des Projektmanagements haben die Qualität der gesundheitsfördernden Schulentwicklungsarbeit erkennbar gesteigert.
- S5 Gebäude, Räume und Materialien werden dem individuellen Bewegungsbedarf gerecht.

Die Verantwortlichkeiten für die Erreichung der Ziele in den Ebenen wurden durch die Rollen und Aufgaben der Projektbeteiligten geklärt.

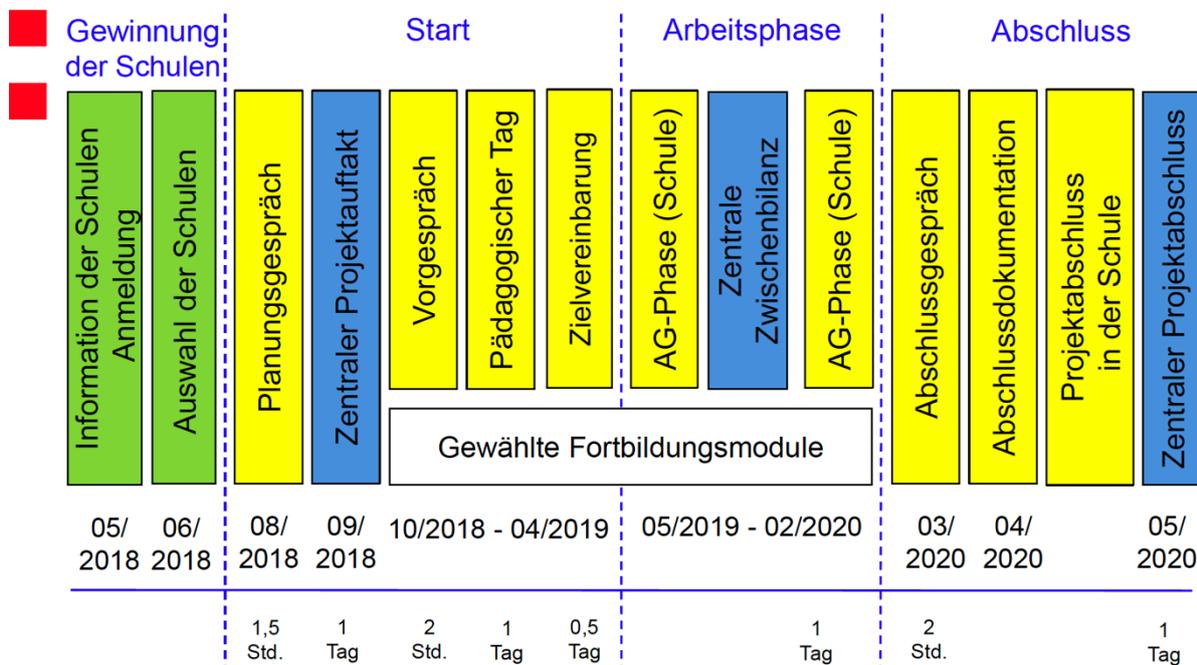
### 5.4 Projektablauf mit Meilensteinen

Der Verlauf des Projekts ist durch den Projektablaufplan mit vier ausgewiesenen Meilensteinen als fixe Gliederungspunkte bestimmt. Die folgende Abbildung verdeutlicht den gesamten Ablauf des Projekts einschließlich der Vorbereitungsphase (Februar 2018 bis Juli 2018).



## Projektablauf

Stand: 13.06.2018



(Auszug aus der Basiskonzeption des Projekts „Einfach bewegen(d)“ erstellt zum Projektauftritt am 13.06.2018)

Nach gründlicher Planung und Vorbereitung auf Landesebene wurde das auf 24 Monate festgelegte Schulentwicklungsprojekt „Einfach bewegen(d)“ im März 2018 ausgeschrieben und an den Schulämtern beworben. In Beratungsgesprächen in den Schulämtern im Zeitraum April bis Juli 2018 konnten neun Schulen unterschiedlicher Schulformen (Grund-, Haupt-, Real-, Gesamtschule, Gymnasium und berufliche Schulen) aus den vier Schulämtern Bebra, Fulda, Gießen/Vogelsbergkreis und Bergstraße/Odenwaldkreis gewonnen werden.

Es folgten die **Planungsgespräche** in den Schulen zur Vorstellung des Projekts mit seiner Struktur und dem Ablauf, seinen Chancen und Möglichkeiten.

Im September konnte Dr. Dieter Breithecker, damaliger Leiter der Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V. (BAG) in Wiesbaden im Rahmen der **Auftaktveranstaltung** alle anwesenden Projektbeteiligten sowie die geladenen Gäste für die Thematik gewinnen. Die Schulen stellten sich mit ihren Daten und Fakten sowie ihrer Motivation zur Projektteilnahme vor. Den Abschluss der Veranstaltung bildete die Unterzeichnung einer Absichtserklärung zur Zusammenarbeit durch die Partner auf Landes-, Regional- und Schulebene.

Unter Leitung der BAG und mit Unterstützung der koordinierenden Fachberaterinnen und Fachberatern (KFB) der teilnehmenden Schulämter und der Projektleitung folgte als nächster Schritt ein **Vorgespräch** an jeder Schule. Hier wurden Ablauf und Inhalte des Pädagogischen

Tages konkretisiert, Aufgaben verteilt und Termine verabredet. Zudem wurde der zuvor an die Schule gesendete Fragebogen, die **Bestandsaufnahme**, besprochen. Während der sich anschließenden **Schulbegehung** gewannen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Vorgesprächs einen ersten Eindruck über die Situation der schulischen Räume und deren Nutzung im schulischen Alltag.

Die Gestaltung des **pädagogischen Tages (Impulstag)** an den Schulen oblag der BAG unter der Beteiligung der Fachberaterinnen und Fachberater der SSÄ. Nach einem fachlichen Input wurden zu unterschiedlichen Themenbereichen Arbeitsgruppen gebildet und Ideen für die Umsetzung von Vorhaben gesammelt. Nach diesem pädagogischen Tag startete mit Unterstützung der zuständigen Fachberatung die schulische Arbeitsphase des Projektes. Ein wichtiger Gelingensfaktor war, die gesamte Schulgemeinde - und damit alle Lehrkräfte, Eltern- und Schülervereinerinnen und -vertreter für das Thema „Bewegungsförderung“ in der Schule zu sensibilisieren.

Um den Projektablauf für die schulische Arbeit gut zu gliedern, wurden folgende **Meilensteine** benannt:

<p><b>Meilenstein 1</b>                  Abgabe des Zielpapiers mit Indikatoren an den KFB S&amp;G                  12. April 2019</p>
<p><b>Meilenstein 2</b>                  Präsentation des Zwischenstandes des Schulentwicklungsprozesses                  03. September 2019</p>
<p><b>Meilenstein 3</b>                  Abgabe der Abschlussdokumentation der Schule an die Projektleitung                  30. April 2020</p>
<p><b>Meilenstein 4</b>                  Zentraler Projektabschluss mit Ergebnispräsentation 26.Mai 2020</p>

Die nächsten Projektetappen waren:

Die bei Projektstart benannte Steuerungsgruppe strukturierte die am Pädagogischen Tag gewonnenen Ideen und ließen diese in „SMARTER“ Ziele, Maßnahmen sowie Indikatoren einfließen (Meilenstein 1). Die schulische Steuergruppe wurde hierbei von den Fachberatungen der zuständigen Schulämter unterstützt.

In der sich anschließenden ersten schulischen Arbeitsphase im Projektverlauf ging es an die Umsetzung der gewählten Zielvorhaben. Unterstützend wirkten hier zum einen die sechs Fortbildungsmodule (vgl.5.5) als auch die finanzielle Unterstützung durch die von der AOK Hessen zur Verfügung gestellten Fördergelder (vgl. Kapitel 5.6). Um auch die Eltern der Schulen für das Thema zu gewinnen, konnten die Schulen bei der BAG einen Elterninformationsabend mit dem Thema „Bewegung & Lernen“ abrufen.

Im Rahmen der zentralen **Zwischenbilanz** kamen die Projektschulen zusammen und präsentierten neben ihren Zwischenergebnissen förderliche sowie hinderliche Faktoren ihrer bisherigen Arbeitsprozesse im Projektverlauf (Meilenstein 2). Gemeinsam wurden hier Lösungsideen für die benannten Stolpersteine erarbeitet.

Nach einer zweiten Arbeitsphase an den Schulen galt es im Rahmen eines Abschlussgespräches an den Schulen einen Blick auf die geleistete Arbeit im Projekt zu richten. Auf Grund der Corona Pandemie fanden Abschlussgespräche nicht in den Schulen, sondern als Videokonferenz oder Telefoninterview statt. Mit der **Abschlussdokumentation**, einem Bericht über die erreichten Vorhaben sowie bewegenden Bildern wurde der Schulentwicklungsprozess dokumentiert (Meilenstein 3).

Der gemeinsame **Abschluss des Projekts** mit Vorstellung der Ergebnisse fand im Mai 2020, aufgrund der Corona-Pandemie-Lage und den damit einhergehenden Schulschließungen sowie Auflagen als Online-Veranstaltung statt.

aktuellen Gesundheitssituation, der Schulschließungen und der Vorgaben der Corona-Pandemie als Online-Veranstaltung statt. Hier wurden von der Projektleitung neben der Vorstellung der Evaluationsergebnisse, die im Rahmen der Abschlussgespräche ermittelt wurden, auch die sehr eindrucksvollen Projektergebnisse in Form von Videoaufzeichnungen oder PowerPoint-Präsentationen aller Schulen vorgestellt.

## 5.5 Fortbildungsmodule

Von den in der Staffel 2. angebotenen sechs Fortbildungsmodulen wurde das **Modul 1 „Bewegend unterrichten“** für eine Gruppe des Kollegiums jeder Schule verbindlich ausgeschrieben.

Im Rahmen der Evaluation der 1.Staffel wurde deutlich, dass die Schulen großes Interesse daran zeigten, den Unterricht (als das Kerngeschäft von Schule) und die damit verbundene Lernprozesse mit und durch Bewegung zu optimieren.

Das **Modul M1** wurde daher über die Dauer der Projektzeit als Fortbildungsreihe mit vier Nachmittagsveranstaltungen konzipiert. Neben theoretischen Grundlagen und Argumenten für einen bewegten Unterricht stellte diese Fortbildung vor allem praktische Übungen und Methoden zur Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung in den Mittelpunkt. Anhand von lernerschließenden und lernbegleitenden Übungen wurde verdeutlicht, wie Lerninhalte aus den Fächern mit und in Bewegung aufbereitet werden können. Dabei wurden grundlegende methodische Prinzipien in Bewegung altersangemessen und auf andere Fächer abgewandelt übertragen. Gemachte Erfahrungen und gewonnene Erkenntnisse wurden als Vereinbarung für die Kollegien festgehalten. Im Rahmen der Reflexion dieser vierteiligen Fortbildungsreihe wurde Hilfreiches und Gelungenes zusammengestellt und Impulse für die Weiterentwicklung der Konzeption formuliert.

Alle weiteren Module wurden optional angeboten und konnten über den Projektzeitraum hin von den Schulen individuell und entsprechend der schulischen Schwerpunkte und Vorhaben gewählt werden.

Alle Schulen entschieden sich für die Umsetzung des **Fortbildungsmoduls M 3 „Der Raum als dritter Pädagoge“** und nahmen nach fachlicher Beratung durch die BAG vielfältige Veränderungen sowohl im Schulinnen – als auch –außenraum vor. Hierbei ging es nicht ausschließlich um die Anschaffung von neuem Mobiliar, sondern auch um die adäquate Nutzung der vorhandenen Räumlichkeiten und Ausstattung für einen bewegten Unterricht sowie die unterrichtsfreie Zeit in Form von Pausen oder Freistunden. Siehe hierzu auch Projektabschlussdokumentation (ZFS-Website: <https://zfs.bildung.hessen.de> >Projekt „Einfach bewegen(d)“).

Das Fortbildungsmodul **M6 „Meinen Zielen auf der Spur“**, das **Wahlmodul M5** entsprechend des schulischen **Arbeitsschwerpunktes** und das **Modul M2 „Schüler bewegen Schüler“** wurden jeweils von einer Schule gewählt.

<p><b>Modul 1</b>  <b>„Bewegend unterrichten“</b>                  Besser Lernen durch gehirnaktivierende Bewegungs- und Wahrnehmungsübungen im Klassenraum                  4- teiliges Trainingsmodul, verbindlich für einen Teil des Kollegiums.</p>
<p><b>Modul 2</b>  <b>„Schüler bewegen Schüler“</b>                  Ausbildung von Schülerinnen und Schülern zu Bewegungsscouts</p>
<p><b>Modul 3</b>  <b>„Der Raum als dritter Pädagoge“</b>                  Lern- und lebensförderliche Gestaltung von Arbeitsplätzen, Räumen und Gebäuden</p>
<p><b>Modul 4</b>  <b>„Leben in Balance“</b>                  Entdecken Sie ihr Gleichgewicht</p>
<p><b>Modul 5</b>  <b>„Wahlmodul entsprechend eines schulischen Projektzieles“</b></p>
<p><b>Modul 6</b>  <b>„Meinen Zielen auf der Spur“</b>                  Optionales Seminar für Schulleitungen und Schulprojektleitungen</p>

## 5.6 Finanzielle Ausstattung

Die gemeinsame Förderung der Fortbildungsmodule erfolgte durch die beiden Kooperationspartner AOK Hessen und ZFS und sorgte so für eine gelingende Projektarbeit an den Schulen.

Darüber hinaus wurde durch die AOK Hessen und die BAG sowohl die fachliche Begleitung im Projekt, als auch die zentralen Veranstaltungen des Projektauftrittes, der Zwischenbilanz und des Projektabschlusses finanziert.

Die teilnehmenden Schulen konnten für ihre geplanten Projekte mit einem an die AOK Hessen gestellten Förderantrag bewegungsfördernde Geräte bzw. Materialien anschaffen. Voraussetzung war, dass dieses gesundheitsfördernde Vorhaben im Schulprogramm der Schule als Entwicklungsvorhaben aufgenommen war und die beantragte Summe nur einen Teil der Gesamtanschaffungskosten umfasste.

Da die Schulträger bereits zum Projektauftritt über das Projekt mit seinen Zielen informiert wurden, waren diese deutlich offener und unterstützen Schulen bei Finanzierungsanfragen für bewegungsfördernde Ausstattung, bzw. bei der Anschaffung oder Installation von Bewegungs- oder Spielgeräten.

### 5.6.1. Empfehlungen zur Finanzierung von gesundheits- und bewegungsfördernden Schulentwicklungsvorhaben

Im Rahmen der dritten Konzepttagung im April 2019, wurden von den an der Tagung teilnehmenden Kolleginnen und Kollegen Empfehlungen für die Finanzierung von gesundheits- und bewegungsfördernden Vorhaben bzw. die Anschaffung von Bewegungs- und Sportgeräten oder Materialien zusammengestellt.

Grundsätzlich haben Schulen die Möglichkeit für im Schulprogramm festgeschriebene Entwicklungsvorhaben über „**Vermögenswirksamen Anschaffungen**“ Mittel zu verwenden; somit auch Materialien und Geräte für bewegungsfördernde Schulentwicklungsvorhaben anzuschaffen.

10% der Mittel des „**Kleinen Schulbudgets**“ aus dem Bereich VSS können für Materialanschaffungen (Bewegungs- oder Spielgeräte) verwendet werden, wenn die Bewegungsförderung als schulischer Schwerpunkt festgeschrieben ist.

Das Budget für den Bereich der **Ganztagschulentwicklung** bietet selbstverständlich gute Möglichkeiten für gesundheits- und bewegungsfördernde Raumgestaltung und Ausstattung.

In fast allen Schulen gibt es schulische **Fördervereine**, die Entwicklungsvorhaben gerne mit unterstützen. Eine intensive und transparente Beteiligung der Schulgemeinde an Vorhaben und Arbeitsprozessen ist hier in jedem Falle förderlich.

**Kommunen, Städte und Kreise** unterstützen insbesondere dann die Arbeit ihrer Schulen vor Ort, wenn Kooperationen gebildet und weitere regionale Einrichtungen beteiligt sind oder werden. Förderlich ist stets gute Pressearbeit.

**Schüler -oder Elternvertretungen** können erwirtschaftete Gewinne von Veranstaltungen der Schule für Anschaffungen zur Verfügung stellen.

Die Förderung von schulischen gesundheits- und bewegungsbezogenen Vorhaben stellt für **regionale Sponsoren, Banken, Sparkassen** etc. einen besonderen Reiz dar und ist ebenfalls pressewirksam.

Bei **Sportgerätefirmen** oder **Schulmöbelherstellern** können Rabatte für besondere gesundheits- oder bewegungsfördernde Schulentwicklungsvorhaben erwirkt werden.

Viele Schulen führen regelmäßig **Sponsorenläufe** durch, bei denen Eltern und Sponsoren z. B. die Laufleistung der Schüler durch die Zahlung eines Geldbetrages honorieren. Diese Beträge können der Schule für Anschaffungen zur Verfügung stehen.

**Sportfachverbände** haben ein deutliches Interesse an der Verbreitung ihrer Sportart und beteiligen sich deshalb häufig an sportartspezifischen Kooperationen und damit auch an Anschaffungen.

Viele Schulen erhalten **Spenden** für die Umsetzung ihrer pädagogischen Konzepte aus der Bevölkerung oder von Unternehmen, deren Philosophie sich im Schulprofil widerspiegelt. Insbesondere Spenden zur Förderung von Sport und Bewegung stellen hier eine weitere Finanzierungsmöglichkeit dar.

Häufig unterstützen Sportvereine die **Kooperation von Schule & Verein**, um durch diese Zusammenarbeit perspektivisch neue Mitglieder zu gewinnen.

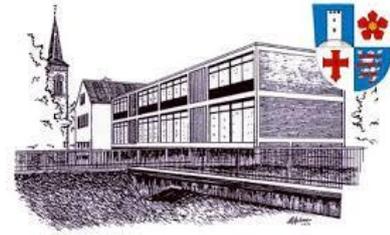
Kommunen stellen, die durch „**Sozialstrafen**“ eingegangenen Gelder, immer wieder für soziale und somit auch für schulische Vorhaben zur Verfügung.

## 6 Ausgewählte Ergebnisse in Form von Praxisbeispielen der Projektschulen

### Schule an der Weschnitz (Grundschule)

Schulstraße 8  
64683 Einhausen

[www.grundschule-einhausen.de](http://www.grundschule-einhausen.de)



#### Projektziele:

1. Im Unterricht ist Bewegung in allen Fächern integriert.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung - Dimension „**Lehren und Lernen**“)
2. Es stehen Arbeitsplätze und Ruhemöglichkeiten für Lehrer und Schüler zur Verfügung.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)
3. Der bewegte Unterricht ist im Schulprogramm verankert.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Gesundheitsmanagement**“)

#### Fotos:



Eine Möglichkeit des stehenden Arbeitens in Freiarbeitsphasen – die Nutzung der Fensterbänke.



Mehrere Treppenhäuser im Schulhaus wurden mit dem Einmaleins oder Zahlenreihen ausgestattet, die für den bewegten Unterricht genutzt werden.

„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule befand sich während des Projektzeitraums in einer Bauphase. Die Sporthalle konnte daher nicht genutzt werden. Durch die über das Schulprojekt finanzierte Fortbildung „Schulsport ohne Halle“ konnten die Lehrkräfte Anregungen erhalten, wie der Schulsport trotz widriger Bedingungen angeboten werden kann und nicht komplett wegfallen muss.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Bewegungsfreude erleben
- Selbstregulationsfähigkeit stärken
- Verantwortung für die Gestaltung von Schulleben übernehmen

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>
Qualitätsbereich	<b>II. Ziele und Strategien</b>	GQ Dimension	Gesundheitsmanagement
Dimension	<b>II.1.1. Gemeinsames pädagogisches Selbstverständnis</b>	Handlungsfeld	Schulentwicklung prägen

**Kleeblattschule Wehretal  
(Grundschule)**  
Friedrich-Ebert-Str. 14a  
37287 Wehretal-Reichensachsen



<https://gswehretal.wordpress.com>

#### Projektziele:

1. Gestaltung des Schulhofs und Schulgeländes: Bewegungs-, Wahrnehmungs- und Entspannungsförderung.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)
2. Bewegung im Unterricht: Lernprozesse unterstützen, Lehr- und Lernprozesse bewegungsfördernd gestalten.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung - Dimension „**Lehren und Lernen**“)
3. Innenraumgestaltung: Gebäude und Räume nach individuellem Bewegungsbedarf gestalten.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)

#### Fotos:



Der neu gebaute Sandkasten im Außenbereich lädt zum Balancieren, Buddeln und Spielen ein.



Bereiche wie Flure oder Treppenhäuser werden für Arbeitsphasen freigegeben und genutzt.

„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule nahm parallel an einem EU geförderten Erasmus Plus Projekt teil, welches ebenfalls den Schwerpunkt „Bewegung“ hatte und sich daher gut mit dem Projekt „Einfach bewegen(d)“ kombinieren ließ.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

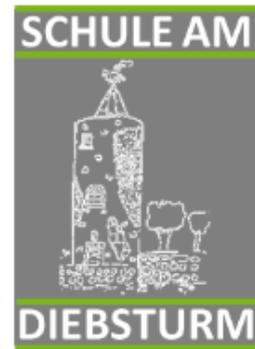
- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten im Innen-und Außenbereich erfahren
- Lernkompetenz fördern

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>

**Schule am Diebsturm  
(Grundschule)**  
Schulstraße 6  
35305 Grünberg

<http://www.grundschule-am-diebsturm.de>



#### Projektziele:

1. Mehr Bewegung in den Unterricht bringen: möglichst viele Lehrkräfte verfügen über Methodenrepertoire und setzen es auch um.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung - Dimension „**Lehren und Lernen**“)
2. Bewegte Raumgestaltung: die Klassenräume, die Flure sowie die Außenanlage sind mit bewegungs- und/oder haltungsfördernden Ausstattungsgegenständen bestückt.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)

#### Fotos:



Regelmäßige Bewegungselemente im Unterricht finden statt.



Bewegte Schulhofgestaltung: Mensch-Ärgere-Dich-Nicht-Spielfeld auf dem Pausenhof.

„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule entwickelte im Rahmen des Projekts ein „Bewegungspapier“ mit den beliebtesten Bewegungsideen des Kollegiums, welches in allen Klassenräumen hängt und an die tägliche Bewegungszeit erinnern soll.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler der Schule
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Methodenrepertoire erweitern
- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten im Außengelände erfahre

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>

## Hrabanus-Schule (Grundschule)

Am Anger 34  
36169 Rasdorf



<https://www.hrabanus-schule.de>

### Projektziele:

1. Um alle Schülerinnen und Schüler motorisch zu fördern und ihnen effektives Lernen zu ermöglichen, sollen bis Projektende mindestens zwei bewegungsanregende Elemente auf dem Schulhof installiert, die Aufbewahrungsmöglichkeiten der Pausenspielgeräte in ihrem Standort optimiert und die Regenpause umgestaltet werden.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension **„Arbeitsplatz und Lebensraum“**)
2. Um die Aufmerksamkeits- und Lernleistung von Schülerinnen und Schülern in unterschiedlichsten Unterrichtsphasen zu steigern, sollen bis Projektende 2020 mindestens zwei verschiedene bewegungs- und haltungsfördernde Elemente für die Klassenräume bereitgestellt werden und des Weiteren in den Unterrichtsalltag täglich mindestens zwei feste Bewegungsbausteine integriert werden.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension **„Arbeitsplatz und Lebensraum“** und **„Lehren und Lernen“**)

### Fotos:



Veränderte Klassenraumstrukturen sorgen für mehr Möglichkeiten bzgl. individueller Sitzauswahl.



Unterricht im Freien wird vermehrt eingebracht und von den Schülerinnen und Schülern gut angenommen.

„Projekt-Besonderheiten“:

Für die Gestaltung des Schulhofs fertigten Lehrlinge der Firma Josef Wiegand GmbH ein Klettergerüst eigens nach den Wünschen und Vorstellungen der Schülerinnen und Schüler an.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler der Schule
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten im Außengelände erleben
- Methodenrepertoire erweitern

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>

**Johannes-Hack-Schule  
(Grund- und Hauptschule mit Förderschulzweig)**

Im Heiligengarten 4  
36100 Petersberg



<https://www.johannes-hack-schule.de>

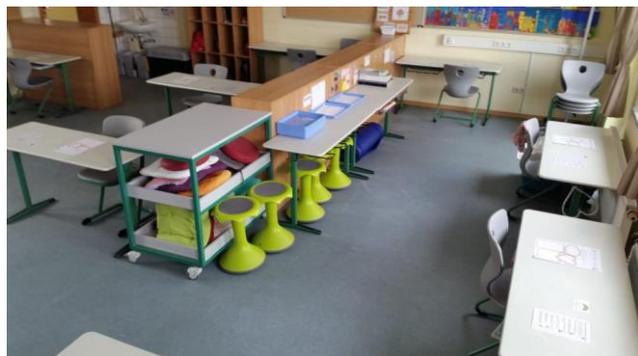
Projektziele:

1. Um effektivere und entspannte Lern- und Lehrprozesse zu ermöglichen, sind die Innenräume der Schule bis zum Ende des Schuljahrs 2018/19 jeweils mit mindestens sieben bewegungs- und haltungsfördernden Möbeln ausgestattet.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)
2. Um für alle Schülerinnen und Schüler einen Anreiz für mehr Bewegung in den Pausen zu schaffen, werden die Pausenräume mit mindestens zwei zusätzlichen bewegungsfördernden Elementen ausgestattet und mindestens zwei organisierte Angebote zu Bewegung, Haltung, Wahrnehmung und Entspannung bis zum Ende der Projektphase im Mai 2020 etabliert.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)

Fotos:



Der Schulhof wurde u.a. mit bewegungsfördernden Anstrichen versehen.



Klassenzimmer sind umgestaltet und mit bewegungsförderndem Material ausgestattet.

„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule entschied sich im Rahmen des Projekts für das Modul M2 „Schüler bewegen Schüler – Ausbildung zum Bewegungsscout“ und ließ Schülerinnen und Schüler der Hauptschulklassen zum Bewegungsscout ausbilden. Diese übernehmen nun die Spielgeräteausrüstung in den großen Pausen und führen kleinere Bewegungseinheiten auf dem Schulhof oder im Klassenverband durch.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler der Schule
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Bewegungsfreude erleben
- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten in Innen- und Außenbereichen erfahren
- Selbstregulationsfähigkeit stärken

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>

**Ricarda-Huch-Schule**  
**(Kooperative Gesamtschule mit Gymnasialer Oberstufe)**  
Dammstraße 26  
35390 Gießen



<http://www.rhs-giessen.de>

#### Projektziele:

1. Integration und Etablierung von Bewegung als Organisationsprinzip in den Unterricht.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“ und „**Lehren und Lernen**“)
2. Erschließung von (weiteren) Bewegungsmöglichkeiten im Schulalltag und auf dem Schulgelände (Innen- und Außenraumgestaltung).  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“ und „**Lehren und Lernen**“)
3. Erarbeitung von Maßnahmen und Prinzipien zum Schutz und zur Stärkung der Lehrkräftegesundheit.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“ und „**Gesundheitsmanagement**“)

#### Fotos:



Die Nutzung des Schulhofs als „Unterrichtsraum“.



Unterricht findet vermehrt in Bewegung statt.

„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule hat sich im Projekt nicht nur mit dem Bereich „Bewegung und Wahrnehmung“ auseinandergesetzt, sondern parallel dazu mit ihren gesundheitsförderlichen Maßnahmen auch das Teilzertifikat „Lehrkräftegesundheits“ im Kontext des Zertifikats „Schule & Gesundheit“ erlangt.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler der Schule
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten erfahren
- Miteinander fördern
- Verantwortung für die Gestaltung von Schulleben übernehmen

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ Dimension	<b>Gesundheitsmanagement</b>
Dimension	<b>IV.1.3. Physischen u. psychischen Belastungen entgegenwirken</b>	Handlungsfeld	<b>Arbeitsschutz gewährleisten</b>

**Georg-August-Zinn-Schule  
(Kooperative Gesamtschule mit Gymnasialer Oberstufe und Förderschule)**

Pestalozzistr. 10  
64385 Reichelsheim

<https://www.gaz-reichelsheim.de>



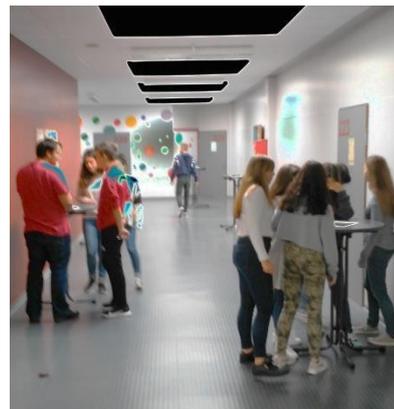
Projektziele:

1. Wir wollen unsere Schulhöfe, unsere Naturflächen und das Gelände um die Schule so nutzen, dass der Schultag für Schülerinnen und Schüler sowie Lehrer bewegt und bewegend ist.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)
2. Wir wollen Räume schaffen, die zum kreativen und bewegten Lernen einladen.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)

Fotos:



Schüler gestalten Naturflächen am Schulhof.



Die großen Flure werden zur Differenzierung und zur Vergrößerung des Lernraums genutzt.

„Projekt-Besonderheiten“:

Im Rahmen einer Projektwoche stieß die Schule gemeinsam mit einer Firma ein Schüler-Lehrer-Elternprojekt in der Holzwerkstatt an, um das große vorhandene Außengelände nach den Wünschen der Schülerinnen und Schüler anzupassen und nachhaltig bewegungsfördernd zu verändern.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler der Schule
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten im Außengelände erfahren
- Selbstregulationsfähigkeit stärken

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>

**Vogelsbergschule  
(Berufliche Schule)**  
Lindenstraße 115  
36341 Lauterbach



<https://www.vogelsbergschule.de>

Projektziele:

1. Gestaltung des Außengeländes mit bewegungsfördernden Elementen.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension **„Arbeitsplatz und Lebensraum“**)
2. Einen Klassenraum als Pilotraum bewegungsfördernd einrichten und für bewegten Unterricht nutzen.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension **„Arbeitsplatz und Lebensraum“** und **„Lehren und Lernen“**)
3. Ab dem Schuljahr 2020/2021 wird in der Teilzeitberufsschule im 1. Ausbildungsjahr Sportunterricht angeboten.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung - Dimension **„Lehren und Lernen“** und **„Gesundheitsmanagement“**)

Fotos:



Die Einrichtung eines „Pilotraumes“ mit bewegungsunterstützendem Mobiliar zur Erprobung von bewegten Unterrichtssequenzen.

„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule erarbeitete während des Projektzeitraums ein Konzept für den Sportunterricht in der Teilzeitberufsschule. So soll sichergestellt werden, dass das Thema Bewegung auch für diese Schülerinnen und Schüler nicht vernachlässigt, sondern mitgedacht wird.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler der Schule
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten erfahren
- Miteinander fördern
- Verantwortung für die Gestaltung von Schulleben übernehmen

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ-Dimension	<b>Lehren &amp; Lernen</b>
Dimension	<b>IV.1.2 Fortbildungsinhalte fließen in die Unterrichtsentwicklung ein</b>	Handlungsfeld	<b>Lehrkräfte qualifizieren</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ Dimension	<b>Gesundheitsmanagement</b>
Dimension	<b>IV.1.3. Physischen u. psychischen Belastungen entgegenwirken</b>	Handlungsfeld	<b>Arbeitsschutz gewährleisten</b>

**Alice-Schule  
(Berufliche Schule)**

Gleiberger Weg 16  
35398 Gießen

<https://www.aliceschule-giessen.de>



1. Integration von Bewegungsangeboten in fächerübergreifenden, - verbindenden Unterricht.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung - Dimension „**Lehren und Lernen**“)
2. Um ein bewegtes Lernen zu fördern, wird in jeder Schulform mindestens ein Klassenraum mit drei bewegungs- und haltungsfördernden Ausstattungsgegenständen versehen.  
(GQ-Bogen Bewegung und Wahrnehmung – Dimension „**Arbeitsplatz und Lebensraum**“)

Fotos:



Angeschafftes  
bewegungsförderndes  
Möbiliar unterstützt  
bewegtes Lernen im  
Klassenverband.



„Projekt-Besonderheiten“:

Die Schule hat - initiiert durch eine Arbeitsgruppe am pädagogischen Tag des Schul-Projekts – ein „Bewegungspapier“ erarbeitet, welches seit November 2019 in allen Klassenräumen der Schule zu finden ist und Anregungen und Tipps für bewegte Pausen gibt.

Zielgruppe:

- Alle Schülerinnen und Schüler
- Alle Lehrkräfte

Wirkungen:

- Selbstorganisationsfähigkeit für Lernprozesse fördern
- Bewegungsmöglichkeiten erfahren
- Kooperation pflegen

Bezug:

Hessischer Referenzrahmen Schulqualität		GQ Bewegung & Wahrnehmung	
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Gesundheitsmanagement</b>
Dimension	<b>V.3. Kooperation pflegen</b>	Handlungsfeld	<b>Kooperation pflegen</b>
Qualitätsbereich	<b>V. Schulkultur</b>	GQ-Dimension	<b>Arbeitsplatz &amp; Lebensraum</b>
Dimension	<b>V.2 Schulleben</b>	Handlungsfeld	<b>Räume gestalten</b>
Qualitätsbereich	<b>IV. Professionalität</b>	GQ Dimension	<b>Gesundheitsmanagement</b>
Dimension	<b>IV.1.3.Förderung psychischer und physischer Gesundheit</b>	Handlungsfeld	<b>Ressourcen nutzen</b>

## 7. Projektauswertung

Die Wirkung des Projekts wurde im Rahmen eines Abschlussgesprächs bzw. Interviews zum Ende der Projektlaufzeit ermittelt. Dieses Gespräch wurde auf Grund der Corona-Pandemie z.T. als Videokonferenz oder als Telefoninterview von der Projektleitung mit den Schulleitungen, den Schulprojektleitungen der Projektschulen sowie den entsprechenden Fachberaterinnen und Fachberatern der Staatlichen Schulämter zum Projektabschluss geführt, dokumentiert und ausgewertet.

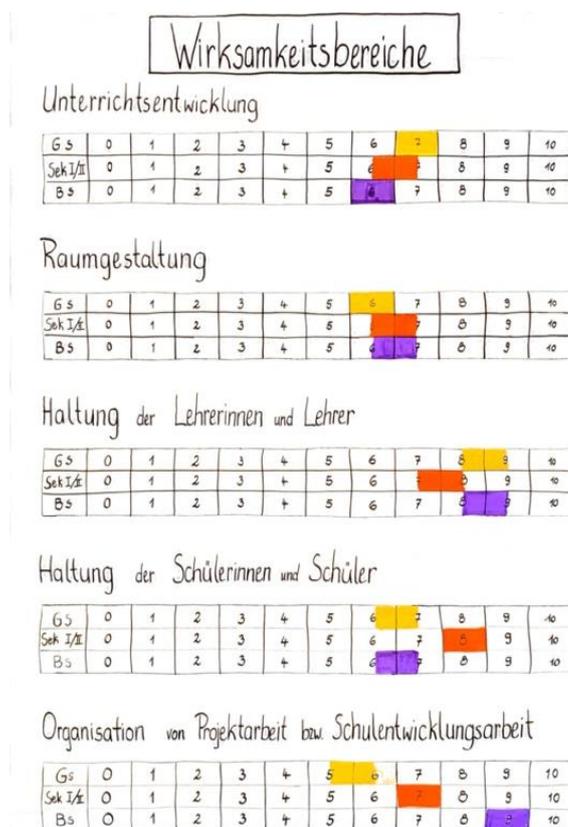
Folgende Bereiche waren Grundlage dieser Befragung:

Die schulische Einschätzung zu

- der grundsätzlichen Wirkung des Projekts in der Schule,
- der Zielerreichung der schulischen Zielvorhaben,
- der Beratungsleistung im Projektverlauf,
- den Fortbildungsangeboten,
- der Unterstützungsleistung im Projektverlauf,
- weiterem Unterstützungsbedarf der Schule.

In den verschiedenen Fragestellungen konnten die Schulen eine Einschätzung anhand einer vorgegebenen Skala von 0-10 geben.

Die Auswertung erfolgte nach Schulformen: den vier Grundschulen, den drei Sekundarstufenschulen und den beiden beruflichen Schulen. Die Wertung der Schulstufen in den sechs Wirkungsbereichen war nur gering voneinander abweichend, siehe Flipchart:



## 7.1 Projektwirkung

Die Einschätzung der Schulen zu der grundsätzlichen Wirkung des Projekts in der Schule wurde auf der Skala 0 bis 10 im Durchschnitt mit 7 bewertet. Begründet wurde dies mit der guten Unterstützungsleistung durch die Projektpartner und die Qualität der Fortbildungsmodule und Beratungsleistungen für die Kollegien. Die Bedeutung von Bewegung für das Lernen sei nachhaltig verstanden worden.

## 7.2 Unterrichtsentwicklung

Neu gesetzter Schwerpunkt der 2. Staffel war der Aspekt der Weiterentwicklung von Unterricht im Hinblick auf Lernen in, mit und durch Bewegung. In dem neu verpflichtenden Fortbildungsmodul M1 „Bewegend unterrichten“ wurden die Kollegien von zertifizierten Referenten qualifiziert. Ziel dieses Angebotes war es, Unterricht methodisch und didaktisch im Kontext von Bewegung zu denken und zu gestalten. Neben theoretischen Grundlagen für eine bewegte Schule stellte die Fortbildung praktische Übungen, Methoden und Spiele zur Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung in den Mittelpunkt des Unterrichts. Dabei wurden grundlegende methodische Prinzipien zur Weiterentwicklung und Variationen von Bewegungen verdeutlicht, so dass die vorgestellten Ideen altersangemessen und auf andere Fächer übertragbar angewendet werden konnten.

Die im Rahmen dieses Wirkungsbereiches erzielten Ergebnisse sind in allen Projektschulen sehr deutlich dargestellt und liegen in der Einschätzungsskala von 0-10 bei einem Wert zwischen 6 und 7.

## 7.3 Raumgestaltung

Bereits in der 1. Staffel erreichten alle Projektschulen in der Dimension „Arbeitsplatz & Lebensraum“ sehr gute Ergebnisse. So auch im Projektverlauf von Staffel 2. Hier veränderte sich noch einmal der Fokus auf den Schwerpunkt der Nutzung von *vorhandener* Ausstattung bzw. *vorhandener* Räumlichkeiten. Unter der Intention: „*Dort, wo man sich wohlfühlt, lernt man gerne*“ wurden u.a. Klassenräume bewegungsfreundlich und für individuelle Arbeitspositionen nutzbar umgestaltet. Umgestaltungen erfuhren auch Schulflure, Treppenhäuser und unterschiedliche Bereiche im Außengelände.

Die Auswertung des Wirkungsbereichs „Raumgestaltung“ belegte in der Skala von 0-10 den Wert 6 -7.

## 7.4 Haltung von Lehrerinnen und Lehrern

Das Fazit der 1. Staffel lautete: *„Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn eine gemeinsame Haltung zu den Chancen und Herausforderungen einer bewegungsfördernden Unterrichts- und Schulkultur entsteht und von einer Bereitschaft zur Gestaltung von Veränderungsprozessen in der Schule getragen wird.“*

Den Grundstein hierfür setzten besonders auch in der 2. Staffel Fachvorträge im Rahmen der Auftaktveranstaltung und der Netzwerktagung, die Fortbildungsmodule und nicht zuletzt der Pädagogische Tag für die Kollegien. Hierdurch wurden alle Lehrkräfte mit den gleichen Informationen versorgt und somit eine gute Basis geschaffen, um die Leitidee des Projektes zu verstehen und nachhaltig umsetzen zu können.

Im Rahmen der Abschlussgespräche wurde der Wirkungsbereich „Haltung von Lehrerinnen und Lehrern“ auf der Einschätzungsskala 0-10 mit einem Wert von 7-8 bewertet.

### 7.5 Haltung von Schülerinnen und Schüler

Schülerinnen und Schüler äußern sich zufriedener über das Lernen und fordern Bewegungsphasen im Unterricht ein. Daraus ist abzuleiten, dass sich das Bewusstsein für die Bedeutung von Bewegung für das Lernen bei den Schülerinnen und Schülern nachhaltig verändert hat. Schülerinnen und Schüler erklären konzentrierter arbeiten zu können, wenn sie ihre Arbeitsposition frei wählen können.

Die Auswertung der Fragestellung in diesem Wirkungsbereich ergibt Werte zwischen 6-8 in der Skala.

### 7.6 Organisation von Projekt- bzw. Schulentwicklungsarbeit

Das Fazit der 1. Staffel mit Blick auf das Thema der Schulentwicklung sagt aus:

*„Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn eine handlungsleitende Orientierungsqualität zur Steuerung der Entwicklungsprozesse offengelegt ist.“*

Die Wirkung des Projekts im Bereich der Schulentwicklung wurde von den teilnehmenden Schulen sehr unterschiedlich wahrgenommen. Die Bewertungen der verschiedenen Schulformen weichen hier insgesamt am stärksten voneinander ab. Während sich die Grundschulen in der Skala von 0-10 in diesem Prozess zwischen 5 und 6 einschätzen, bewerten die Schulen der Sekundarstufe I und Sekundarstufe II mit einem Wert von 7 und die Beruflichen Schulen mit einem Wert von 9.

## 8 Fazit

Mit den landesweiten Projektzielen L2 und L3 stehen die Fragen nach der Entwicklung von Modellen inspirierender Praxis zur Steuerung bewegungsfördernder Schulen sowie die Gestaltung einer wirkungsvollen Kooperation von landesweiten und regionalen Partner im Mittelpunkt. In beiden Zielbereichen geht es darum, dass Schulen eine Beratungs- und Unterstützungsleistung erhalten, um ihre Schule gesund entwickeln zu können.

Die gewonnenen Erkenntnisse im Projektprozess sind als Empfehlungen auf zwei Ebenen – einerseits für die Schulentwicklung und andererseits für die Unterstützungsleistung – als Empfehlungen formuliert.

### 8.1 Empfehlungen für Schulentwicklung

Als Fazit mit Blick auf die Entwicklung einer bewegenden und gesunden Schule können folgende acht Empfehlungen gegeben werden:

#### (1) Bedürfnis & Bedarf

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn im Mittelpunkt der Schulentwicklung zwei Fragen beantwortet werden:

- Was brauchen Schülerinnen und Schüler, damit sie optimal lernen können?
- Was brauchen Lehrkräfte sowie Mitarbeitende, damit sie ihre Aufgaben wirkungsvoll erfüllen können?

#### (2) Haltung & Bereitschaft

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn eine gemeinsame Haltung zu den Chancen und Herausforderungen einer bewegungsfördernden Unterrichts- und Schulkultur entsteht und von einer Bereitschaft zur Gestaltung von Veränderungsprozessen in der Schule getragen wird.

#### (3) Erkenntnis & Erfahrung

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn praktikable Erfahrungen aus veränderten Planungen und erkenntnisreich-empathischen Reflexionen entstehen.

#### (4) Orientierung & Steuerung

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn eine handlungsleitende Orientierungsqualität zur Steuerung der Entwicklungsprozesse offengelegt ist.

(5) Ziel & Perspektive

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn der Qualitätsrahmen zur Entwicklung gesundheitsfördernder Schulen kohärent in Bezug auf die schulischen Entwicklungsperspektiven und -ziele genutzt wird.

(6) Beratung & Kooperation

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn eine passgenaue, systemische Beratung mit der Expertise von Kooperationspartnern kooperativ und verzahnt zusammenwirkt.

(7) Fortbildung & Praxisbeispiel

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn Fortbildungen als Trainingsmodule zum Einüben eines veränderten Handelns einladen und durch Modelle einer guten Praxis die eigene Entwicklung bereichern.

(8) Austausch & Netzwerk

Bewegende und gesunde Schulen können gelingen, wenn Schulen als „kritische Freunde“ in einen partizipativ-wertschätzenden Austausch kommen und sich in einem themenspezifischen Netzwerk zusammenschließen.

## 8.2 Erkenntnisse für Unterstützungsleistungen

In Konsequenz aus dem Fazit zur bewegenden und gesunden Schulentwicklung sowie der Reflexion der Projektkonzeptionen mit allen Prozessbeteiligten können folgende fünf Erkenntnisse für die Unterstützung von bewegenden und gesunden Schulen benannt werden:

(A) Schulumt & Schulträger

Bewegende und gesunde Schule profitieren davon, wenn Schulumt und Schulträger offen sind für die Entwicklungsziele der Schule und mit lösungsorientiertem Denken und Handeln die schulischen Entwicklungsvorhaben unterstützen.

Konsequenz:

Kooperative Zusammenarbeit mit allen an Schule beteiligten Entscheidungsträgern und Beratungsstrukturen fördern.

(B) Information & Praxisbeispiel

Bewegende und gesunde Schulen profitieren davon, wenn sie anwendbare und verstehbare Informationen zu schulischen Fragen erhalten.

Konsequenz:

Häufig gestellte Fragen (FAQ) und Praxisbeispiele dokumentieren.

(C) Budgetierung & Sponsoring

Bewegende und gesunde Schulen profitieren davon, wenn sie Anschubfinanzierungen für Projekte erhalten und handhabbare Wege für Fundraising aufgezeigt bekommen.

Konsequenz:

Finanzierungs- und Förderprogramme sichten und rechtlich abgesichert anwendungsorientiert verbreiten.

(D) Beratung & Passung

Bewegende und gesunde Schulen profitieren davon, wenn sie eine passgenaue Beratungsleistung nutzen.

Konsequenz:

Beratungsangebote sinnvoll vernetzen und Fachberatung kontinuierlich qualifizieren.

(E) Austausch & Netzwerk

Bewegende und gesunde Schulen profitieren davon, wenn sie bei Veränderungsprozessen unter anderem zur Entwicklung der Haltung und Einstellung von Leitungen und Lehrkräften längerfristig unterstützt werden.

Konsequenz:

Ein landesweites Netzwerk bestehend aus bewegungsfördernden Schulen aufbauen und etablieren.

## 9 Ausblick

Wer Schulentwicklungsarbeit in Projekten organisiert,  
will sich die Chance eröffnen,  
Vorhandenes zu reflektieren, um Verändertes zu schaffen.

Dieser Gedanke gilt nicht nur für Schulen, sondern auch für alle Projektbeteiligten.

So ist das Projekt „Einfach bewegen(d) – Schule gesund entwickeln“ ein Leuchtturmprojekt für die beteiligten Partner auf Landesebene, weil es einen abgestimmten Handlungsrahmen anbietet, innerhalb dessen die eigenen Möglichkeiten und Grenzen ausgelotet werden können, und weil es teilnehmenden Schulen die Chance bietet, bei ihrem Entwicklungsvorhaben so aktiv und passend wie möglich begleitet werden zu können. Innerhalb eines geschlossenen Projektrahmens werden die Kompetenzen und Strategien eingesetzt, über die die einzelnen Partner auf der Grundlage ihres Wissens, ihrer Erfahrungen, ihrer Strukturen und ihrer Ressourcen verfügen. Deshalb stellt das Projekt auf Landesebene die Chance dar, mit neu gewonnenen Perspektiven und Akzenten, die eigenen Ziele, Programme und Wege auf deren Kohärenz mit Blick hin auf eine gesundheitsfördernde Schulentwicklung zu überprüfen.

Das Projekt „Einfach bewegen(d)“ wurde im unmittelbaren Anschluss an die erste Staffel im August 2018 mit dieser zweiten Staffel - erneut mit einer zweijährigen Laufzeit - fortgesetzt. Für die zweite Staffel hat die Überarbeitung der Konzeption auf der Basis der ersten Staffel bereits im Frühjahr des Jahres 2018 begonnen. Neben der Nachbesserung der Arbeitshypothesen, der Projektziele auf den drei Arbeitsebenen (Land – Region – Schule) sowie Inhalte und Auswahl der Fortbildungsmodule waren vor allem folgende Entscheidungen als Konsequenz aus den Empfehlungen zur Unterstützungsleistung des Fazits (Kapitel 7.2) getroffen worden:

### ▪ Netzwerkarbeit

Das Netzwerk **Einfach bewegend** mit den Projektschulen der ersten und zweiten Staffel wird gegründet. Die Netzwerkarbeit soll sich auszeichnen durch

- Informationen erhalten,
- Austausch ermöglichen,
- Fortbildungen nutzen.

Dazu versendet die ZFS gemeinsam mit den landesweiten Partnern BAG und AOK einen regelmäßigen Newsletter mit Informationen zu Angeboten, Terminen und Links zum Thema „Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung“ in der Schule.

Außerdem ist ein Netzwerktreffen zum Austausch der Schulen aus den beiden Projektstaffeln sowie ergänzende Fortbildungsangebote terminiert.

### ▪ Informationsbereitstellung

Über die Website der ZFS auf dem Hessischen Bildungsserver werden online einsehbar sowohl für die Projektschulen als auch für alle interessierten Schulen grundlegende wie auch vertiefende Informationen bereit gestellt wie zum Beispiel

- häufig gestellte Fragen mit einschätzenden Antworten,

- schulische Praxisbeispiele aus der ersten Projektstaffel 2016-2018,
- Instrumente zum Projektmanagement.

- **Schulträger**

Von Anfang an sind die Schulträger der beteiligten Schulen über die Staatlichen Schulämter über den Projektansatz, die Projektziele und die Projektkonzeption informiert. Mit dieser Transparenz und der Einladung zu zentralen bzw. schulbezogenen Veranstaltungen kann eine Offenheit zum fachlich-sachlichen Dialog erzeugt werden, um in gemeinsame zielgerichtete Planungen und Entscheidungen zu münden.

- **Qualifizierung der Fachberatung**

Die Fachberaterinnen und Fachberater S&G beziehungsweise Bewegung & Wahrnehmung an den Staatlichen Schulämtern haben die Aufgabe der Prozessbegleitung an den Schulen angenommen und sind an wichtigen schulischen Etappen wie beispielsweise der Zielfindung beteiligt. In internen Arbeitstagen werden die Schritte für diese Aufgaben vorbereitet und verabredet.

Mit diesen und weiteren Punkten steigt nicht nur die Qualität der Projektarbeit an den Schulen in der folgenden dritten Staffel. Es steigt darüber hinaus vor allem auch die Qualität für die Beratungs- und Fortbildungsleistung der Aktivitäten der ZFS und der Fachberatung S&G an den Staatlichen Schulämtern, weil die Erkenntnisse in die Aufbereitung von Materialien, in die Zielsetzung von Veranstaltungen sowie in die strategische Ausrichtung des Landesprogramms Schule & Gesundheit einfließen.

Die damit entstehende Innovationskraft, die einerseits aus dem Inneren heraus selbst wächst und andererseits durch die Kompetenzen weiterer Partner bereichert wird, entfaltet fachliche Argumentationsstärke und wirkt motivierend durch eine geklärte Haltung sowie eine überzeugende Einstellung zum eigenen Tun.

Auch deshalb ist die Erwartung von Spannung und Neugierde geprägt, welche Erkenntnisse und Erfahrungen mit einer dritten Staffel für den Weg zu einem bewegenden und gesunden Lernen und Arbeiten mit den teilnehmenden Schulen gesammelt werden.

## Literatur

- Ayres, J. (1998). Bausteine kindlicher Entwicklung. Berlin.
- Beigel, D. (2019). Beweg dich, Schule! Dortmund.
- Budde, H., u.a. (2008). Acute coordinative exercise improves attentional performance in adolescents. *Neuroscience Letters*, 441.
- Bangsbo J, u.a. (2016). The Copenhagen Consensus Conference 2016: children, youth, and physical activity in schools and during leisure time. *Br J Sports Med*; 0:1-2.doi:10.1136/bjsports-2016-096325.
- De Bock, F. (2012). Bewegungsförderung im Kindes- und Jugendalter. In: Handbuch Bewegungsförderung und Gesundheit . Hrsg: Geuter, G., Holleder, A. S. 131-153.
- Dordel, S., Breithecker, D. (2003). Bewegte Schule als Chance einer Förderung der Lern- und Leistungsfähigkeit. *Haltung und Bewegung* 2, 5-15.
- Eberle, U. (2016): Der bewegte Geist. In: *Geokompakt* Nr. 47; S. 100-107.
- Hannaford, C. (1996). Bewegung ist das Tor zum Lernen. Freiburg.
- Hessisches Kultusministerium (2011): Hessischer Referenzrahmen für Schulqualität. Weinheim.
- Kubesch S. (2008). Das bewegte Gehirn. Körperliche Aktivität und exekutive Funktionen. Schorndorf.
- Quante, S. (2010). Bewegungsangebote zur Stärkung des Selbstkonzepts. *Haltung und Bewegung* 4, 24-31.
- Voll, S. Prof.Dr. & Buuck, S. (2012): Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit durch Bewegung. In: *Spitzensport im Fokus*, 2012.
- Walk, L. (2011): Bewegung formt das Hirn: Lernrelevante Erkenntnisse der Gehirnforschung. In: *Die Zeitschrift für Erwachsenenbildung* 1/2011: Lernen in Bewegung; S. 27 -29.
- Walter, U., Kramer, S., Röbl, M. (2005): Körperliche (In) Aktivität in Kindheit und Jugend. In: *Deutsche medizinische Wochenschrift*: S. 2876-2878.