

Lernen durch Bewegung

Es ist mehrfach erwiesen, dass bereits kurze Bewegungspausen im Unterricht das Lernen der Schülerinnen und Schüler merklich fördern. Sie sind konzentrationsfähiger, aufnahmebereiter und können dem Unterricht besser folgen. Aus diesem Grund soll in dem vorliegenden Projekt nicht nur der Fokus auf die gesunde Nahrung gelegt werden, sondern durch gezielte Bewegungsangebote ein positives Körperbewusstsein erzielt werden.

Hierfür werden in den Pausen zusätzliche Bewegungsangebote dargeboten. Jeweils in der ersten großen Pause kann jeden Tag Dauerlauf oder Seilspringen in der Turnhalle trainiert werden. Der Spaß an der Bewegung steht dabei im Vordergrund. Die betreuenden Lehrkräfte kontrollieren hier nicht, sondern sind ebenfalls in Bewegung und verteilen am Ende Stempel in den Fitnesspass. Wir beschränken uns bei diesem Angebot auf zwei Bewegungsangebote, da so ohne großen Aufwand eine hohe Anzahl von Schülern in Bewegung kommt.

Außerdem kommt auf dem Schulhof der Spielewagen zum Einsatz. Darüber hinaus sollen die Kinder lernen, ihr Bewegungsverhalten selbst einschätzen und nach dem Berichten darüber einen Stempelintrag erlangen können.



Raum für Bewegung

Lernen findet nur statt, wenn Raum und Zeit für Konzentration, Muße, Pausen und Bewegung vorhanden ist. Sowohl der Vormittag als auch der Ganzttag bietet durch eine Rhythmisierung von Arbeitsphasen und anschließenden Arbeits- bzw. Aktionsphasen diesen Raum. Gerade in der Eingangsstufe können durch Bewegungsphasen oft die Unterrichtsinhalte vertieft bzw. konzentriertes Lernen vorbereitet werden. So finden Flurmassagen statt, werden Bewegungslieder gesungen oder die Unterrichtsformen variiert.