

# Bewegungsfördernde Schule

## Informationen – Angebote – Kooperationspartner



## Wirkungen durch Bewegung

Belastung – Entlastung

Anspannung – Entspannung

Entwicklung – Reifung

Leisten – Verhalten

Aufmerksamkeit – Konzentration

Informationsverarbeitung – Informationsoptimierung

# Bildungschancen durch Bewegung

Förderung – Forderung

Wissen – Können

Selbstbestimmung – Verantwortung

Individuum – Gruppe

Jungen – Mädchen

Lernende – Lehrende

# Gestaltungsmöglichkeiten durch Bewegung

Vormittag – Nachmittag

Arbeitszeit – Pausenzeit

Sequenz – Jahr

1. Klasse – 13. Klasse

freiwillig – verbindlich

zielorientiert – frei

punktuell – systematisch

## Handlungsfelder der Bewegungsfördernden Schule auf dem Weg zu einem schulbezogenen Bewegungskonzept

### Lehren und Lernen

- Bewegter Unterricht in allen Fächern (lernbegleitend / lernerschließend)
- Fächerübergreifender Unterricht im Bereich „Bewegung und Wahrnehmung“
- Sportunterricht

### Gesundheitsmanagement

- Steuergruppenarbeit
- Verankerung eines Bewegungskonzepts im Schulprogramm
- Ressourcenplanung und -sicherung
- Arbeitsschutz- und Sicherheitsbestimmungen
- Zertifizierungsprozess „Bewegung und Wahrnehmung“
- Regelmäßige Evaluation

### Arbeitsplatz und Lebensraum

#### Schulleben

- Tagesstruktur/-rhythmus
- Aktive Pause
- Bewegungs-, Entspannungs- und Sportangebote in der Schule / Ganztagschule
- Veranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt
- Schulsportliche Wettbewerbe / Schulsportfeste
- Aktivitäten von Schülerinnen und Schülern
- Arbeit mit Eltern
- Bewegungsanlässe für alle Mitarbeiter
- Kooperationen mit externen Partnern

#### Schulgebäude

- Klassenraumgestaltung
- Schulmobiliar
- Lehrerzimmer
- Schulgebäudegestaltung
- Sportanlagen und Sportstättenausstattung
- Schulhofgestaltung

# Lehren und Lernen

## Handlungsfelder

- Bewegter Unterricht in allen Fächern (lerneranschließend / lernbegleitend)
- Fächerübergreifender Unterricht im Bereich „Bewegung und Wahrnehmung“
- Sportunterricht



# „Beweg dich, Schule!“

## Inhalte:

Bewegungs- und Wahrnehmungs-  
förderung im Unterricht

## Veranstalter:

AOK Hessen

in Kooperation mit dem HKM / ZFS

## Zielgruppe:

Lehrkräfte

aller Klassen und Schulformen

## Dauer:

Fortbildung (0,5 Tage)



# „Bildung kommt ins Gleichgewicht!“

## Inhalte:

Ein Gleichgewichtsprogramm zur  
Lernunterstützung

## Veranstalter:

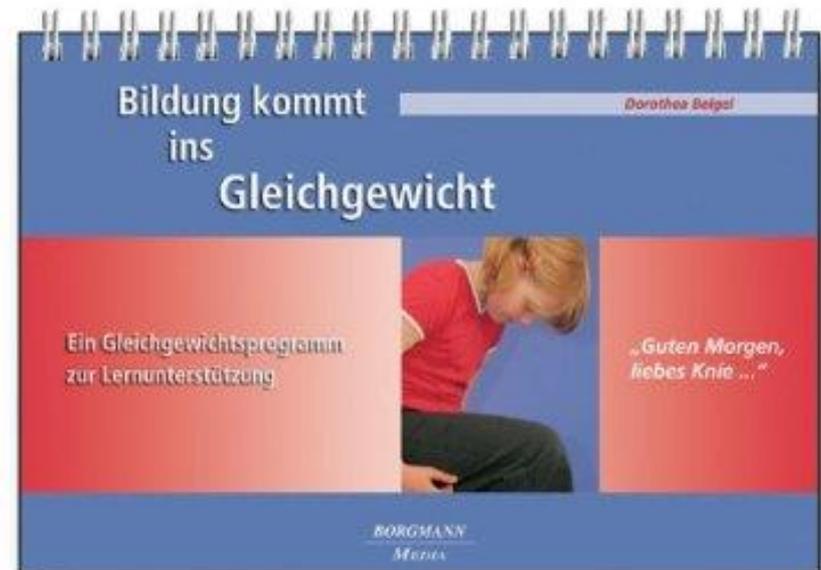
AOK Hessen  
in Kooperation mit dem HKM / ZFS

## Zielgruppe:

Lehrkräfte  
aller Klassen und Schulformen

## Dauer:

Fortbildungsreihe



# Sportförderunterricht

## Inhalte:

Erlebnisorientierte Spiel- und Übungsformen aus den Bereichen Wahrnehmung, Koordination, Haltung und Ausdauer sowie theoretische Grundlagen der Anatomie, Physiologie und kindlichen Entwicklung.

## Veranstalter:

ZFS

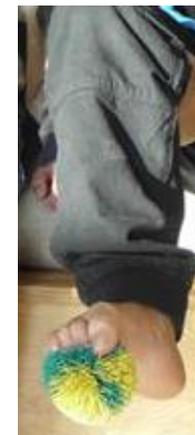
in Kooperation mit Unfallkasse Hessen

## Zielgruppe:

Lehrkräfte / Grundschule, Förderschule, Sekundarstufe I (Jahrgang 5 und 6)

## Dauer:

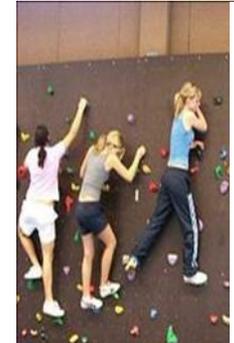
Fortbildung (2 mal 3,0 Tage)



# Arbeitsplatz und Lebensraum

## Handlungsfelder

- Tagesstruktur/-rhythmus
- Aktive Pause
- Bewegung, Entspannung,  
Sport in der Ganztagschule
- Schulsportliche Veranstaltungen
- Kooperation mit externen Partnern
- Raum-, Gebäude-, Schulhof-  
gestaltung und Mobiliar



# Ausbildung

## zum Gesundheitsbotschafter / zur Gesundheitsbotschafterin

### Inhalte:

Vermittlung von Grundkenntnissen aus den Bereichen Bewegen und Wahrnehmen, Lernen und Gesundheit, Hören-Sehen, Gleichgewicht, Ernährung, Suchtprävention sowie Erste Hilfe.

### Veranstalter:

Dietrich Grönemeyer Stiftung  
in Kooperation mit HKM / ZFS und AOK

### Zielgruppe:

5-10 Schülerinnen/Schüler der Klassen 7-11  
aller Schulformen

### Dauer:

Seminar (2,5 Tage)



# Gesundheitsspiele in Hessen

## Inhalte:

Gesundheitsfördernde Bewegungs-, Sport- und Entspannungsangebote mit einer schülerorientierten Gesundheitsmesse

## Veranstalter:

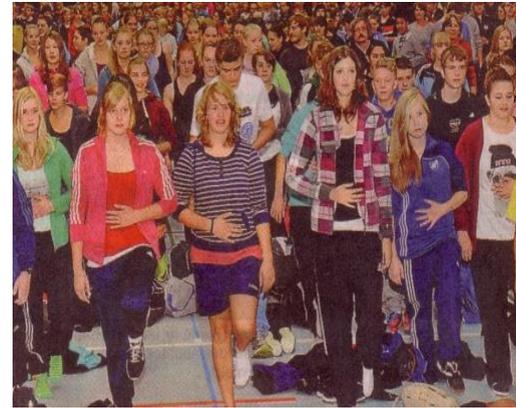
Dietrich Grönemeyer Stiftung in Kooperation mit dem Hessischen Kultusministerium, der AOK Hessen und mit Sportvereinen

## Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler

## Dauer:

Tagesveranstaltung



# Wahrnehmungsförderung in der Schule

## Inhalte:

Sensibilisierung für Körperbewusstsein  
und Haltung durch lernerschließende  
und lernbegleitende Wahrnehmungs-  
und Bewegungsförderung

## Veranstalter:

ZFS

in Kooperation mit der Unfallkasse Hessen

## Zielgruppe:

Lehrkräfte der Grund- und Förderschule

## Dauer:

Fortbildung (1,0 Tag)



## „Ganz(tag) bewegt!“

### Inhalte:

Theoretische und praktische Impulse zur Entwicklung eines schuleigenen Bewegungskonzeptes.

### Veranstalter:

HKM in Kooperation mit der ZFS und der Unfallkasse Hessen

### Zielgruppe:

Lehrkräfte Sek I

### Dauer:

Fortbildung (1,0 Tag)



# Tägliche Bewegungszeit - Bewegungsspiele

## Inhalte:

Vielseitige Bewegungsspiele, um  
Bewegungspausen im Unterrichtsalltag  
einzusetzen und zu gestalten.

## Veranstalter:

ZFS  
in Kooperation mit Unfallkasse Hessen

## Zielgruppe:

Lehrkräfte, insbesondere auch  
Klassenlehrer/-innen Grundschule,  
Förderschule,  
Sekundarstufe I (nur Klasse 5/6)

## Dauer:

Fortbildung (2,5 Tage)



## Fachtag: Mehr Bewegung in die Schule

### Inhalte:

Theoretische Inputs, sowie  
Workshops, um den Schulalltag  
bewegungsfreundlicher zu gestalten.

### Veranstalter:

Sportjugend Hessen

### Zielgruppe:

Lehrkräfte

### Dauer:

Fortbildung (1,0 Tage)



# Wandern macht Schule

## – Erlebnisreiche Schulwanderungen

### Inhalte:

Erlebnisreiche, jugendgerechte Schulwanderaktivitäten ausprobieren und reflektieren, z.B. Medien/GPS gestützte Aktivitäten, sowie vielfältige Methoden des Naturerlebens.

### Veranstalter:

Deutscher Wanderjugend Landesverband Hessen  
in Kooperation mit der ZFS

### Zielgruppe:

Lehrkräfte, Sekundarstufe I

### Dauer:

Fortbildung (3,0 Tage)



# Radfahren in der Schule

## – Radtouren und Radwanderungen

### Inhalte:

Organisation, Planung und Durchführung von Radtouren auch außerhalb des Faches Sport. Grundfertigkeiten im Radfahren, Sicherheits- und Ausrüstungsfragen, sowie Grundlagen im Hinblick auf ein kompetenzorientiertes Verhalten von Radfahrern in der Natur, im Straßenverkehr und in der Gruppe.

### Veranstalter:

ZFS  
in Kooperation mit dem Bikepool Hessen e.V.

### Zielgruppe:

Lehrkräfte der Sekundarstufe I und II

### Dauer:

Fortbildung (3,0 Tage)



# Gesundheitsmanagement

## Handlungsfelder

- Steuergruppenarbeit
- Verankerung eines Bewegungskonzepts im Schulprogramm
- Ressourcenplanung und -sicherung
- Zertifizierungsprozess  
„Bewegung und Wahrnehmung“
- Evaluation



## Sport macht Schule – Schule in Bewegung

Inhalte:

Steuerung einer  
bewegungsfördernden Schul- und  
Unterrichtsentwicklung

Veranstalter:

HKM / ZFS

Zielgruppe:

Schulleitungen und Lehrkräfte  
im Tandem aller Schulformen

Dauer:

Fortbildung (2,0 Tage)



## Kontakt

Die ZFS ist eine Einrichtung des Referats „Schulsport, Sportförderprogramme, Schule & Gesundheit“ im Hessischen Kultusministerium und ist beim Staatlichen Schulamt in Kassel angegliedert.

### *Aufgaben und Arbeitsschwerpunkte*

- Angebot von Qualifikationsveranstaltungen in Sportarten gemäß der hessischen Verordnungs- und Erlasslage
- Fortbildungen zur Qualitätsentwicklung im Sportunterricht, im Schulsport sowie der Bewegungsfördernden Schule für alle Schulformen
- Beratung in Fragen des Schulsports sowie der Bewegungsförderung im Rahmen von Schule & Gesundheit
- Zusammenarbeit mit den Fachberaterinnen und Fachberatern Sport sowie der Fachberatung Schule & Gesundheit an den Staatlichen Schulämtern, den Sportfachverbänden und den Dachverbänden im Sport sowie öffentlichen Einrichtungen

Weitere Informationen finden Sie unter:

[www.kultusministerium.hessen.de](http://www.kultusministerium.hessen.de) >Schule >Weitere Themen >Schulsport >Zentrale Fortbildung (ZFS)

[www.schuleundgesundheit.de](http://www.schuleundgesundheit.de) >Themen >Bewegung und Wahrnehmung

Alexander Jordan (Leitung)

Roswitha Wenz (Sachbearbeitung)

Zentrale Fortbildungseinrichtung für Sportlehrkräfte des Landes (ZFS)

Staatliches Schulamt für den Landkreis und die Stadt Kassel

34127 Kassel, Holländische Straße 141

Telefon: 0561-8078-252, Fax: -211

E-Mail: [fortbildung@ks.ssa.hessen.de](mailto:fortbildung@ks.ssa.hessen.de)