

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	10
Teil I	
Konzepte und Begründungen für <i>Bewegte Schulen</i>	13
A Konzepte <i>Bewegter Schulen</i>	14
1 Warum ist Bewegung für die Schule und das Lernen zentral?	14
2 Was ist eine <i>Bewegte Schule</i> ?	16
2.1 Das IQES-Modell der <i>Guten gesunden Schule</i>	17
2.2 Das Zahnradmodell der <i>Bewegten Schule</i>	23
B Gute Gründe	25
3 Gute Gründe für eine <i>Bewegte Schule</i>	25
3.1 Eine <i>Bewegte Schule</i> trägt der Bedeutung von Bewegung für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen Rechnung	25
3.2 Eine <i>Bewegte Schule</i> nimmt den ganzheitlichen Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule ernst	28
3.3 Eine <i>Bewegte Schule</i> fördert die Gesundheit von Schülerinnen und Schülern, Lehrerinnen und Lehrern	32
3.4 Eine <i>Bewegte Schule</i> berücksichtigt die körperlichen Bedürfnisse und Potenziale der Kinder und Jugendlichen	34
3.5 Eine <i>Bewegte Schule</i> fördert das Wohlbefinden, die Lernbereitschaft und die Leistungsfähigkeit	39
3.6 Eine <i>Bewegte Schule</i> fördert die neue Lernkultur durch eine pädagogische Architektur	44
3.7 Eine <i>Bewegte Schule</i> ist ein tragendes Element eines kompetenz- und handlungsorientierten Unterrichts	52
3.8 Eine <i>Bewegte Schule</i> leistet wichtige Beiträge zur Qualitätsentwicklung von Schulen	57
3.9 Eine <i>Bewegte Schule</i> stärkt die unterrichtsbezogene Zusammenarbeit der Lehrerinnen und Lehrer	61
3.10 Eine <i>Bewegte Schule</i> ist wichtiges Fundament <i>Guter gesunder Schulen</i>	62

C	Wissenschaftliche Erkenntnisse	71
4	Was wissen wir aus der Lern- und Unterrichtsforschung, was aus den Neurowissenschaften?	71
4.1	Sensomotorisches Lernen (Gerold Brägger)	71
4.2	Wohlbefinden und Bewegung in der Schule – Zusammenhänge und Wirkungen (Tina Hascher)	78
4.3	Schnelle Beine für kluge Köpfe (Katrin Hille, Laura Walk)	80
4.4	Embodiment: Lernen braucht Hand und Fuß (Katrin Hille)	87
	Teil II	
	Bausteine für die Praxis <i>Bewegter Schulen</i>	97
	Einleitung Teil II	98
D	Bausteine für die Praxis	99
5	Handlungsfelder der <i>Bewegten Schule</i>	99
5.1	In welchen Handlungsfeldern lassen sich Impulse für eine <i>Bewegte Schule</i> setzen?	99
5.2	Welche altersspezifischen Akzentuierungen erfordert eine <i>Bewegte Schule</i> ?	102
5.3	Welche Bausteine bieten sich in den einzelnen Handlungsfeldern einer <i>Bewegten Schule</i> an?	105
6	Handlungsfeld »Lehren und lernen«	106
6.1	Körpererfahrung und Sinneswahrnehmung fördern – ein Schlüssel für ganzheitliches Lernen	106
6.2	Lernkompetenzen fördern – mit Hilfe von Bewegung und Wahrnehmung	112
6.3	Fachkompetenzen fördern – mit körper- und raumorientierten Anschauungsmitteln	125
6.4	Bewegend unterrichten – Aufgaben und Methoden für bewegtes, aktives Lernen	131
6.5	Den Unterricht rhythmisieren – mit Hilfe von Bewegung und Entspannung	137
6.6	Bewegung und Gesundheit als (interdisziplinäres) Thema im Unterricht	142
6.7	Unterricht im Fach Bewegung und Sport	143
6.8	Feedback mit Fokus auf aktivem Lernen und bewegtem Unterricht	149
7	Handlungsfeld »Lern- und Lebensraum Schule«	153
7.1	Lern- und arbeitsfreundliche Schularchitektur – bewegungsanregende Gestaltung des Schulgeländes	153
7.2	Bewegungsfreundliche Schulräume und Klassenzimmer	173
7.3	Nutzung von »Zwischenräumen« für Bewegung und Entspannung	181
7.4	Lehrerzimmer und Lehrerarbeitsplätze	183
7.5	Bewegung, Spiel und Sport in den Pausen	183
7.6	Bewegung, Spiel, Musik, Tanz und Sport in der Ganztagschule	189
7.7	Schulfeste, Projektwochen und Aktionstage mit bewegungsbezogenem Schwerpunkt	197
7.8	Schulsportwettkämpfe, Sportfeste, Bewegungs- und Wandertage	199

8 Handlungsfeld »Steuern und organisieren«	202
8.1 Kind- und lehrergerechte Rhythmisierung	202
8.2 Tägliche Bewegungszeiten	210
8.3 Konferenzen und schulinterne Fortbildungen zum Thema <i>Bewegte Schule</i>	211
8.4 Sicherung des Sportunterrichts und weiterer Bewegungszeiten im Schulleben	213
8.5 Sportlehrerinnen und Sportlehrer als Ressourcenpersonen nutzen	214
8.6 Zusammenarbeit mit Eltern	215
8.7 Zusammenarbeit mit Sportvereinen – Öffnung zum Stadtteil	216
8.8 Qualitätsentwicklung und Selbstevaluation	219
Teil III	
Die <i>Bewegte Schule</i> entwickeln	223
Einleitung Teil III	224
E Die <i>Bewegte Schule</i> entwickeln	225
9 Eine <i>Bewegte Schule</i> durchläuft einen kontinuierlichen, langfristigen Prozess der Schulentwicklung	225
9.1 Handlungsfelder der Schulentwicklung	225
9.2 Schulentwicklung erfordert Partizipation	226
9.3 Auf die Schulleitung kommt es an	226
9.4 Ohne Orientierung geht es nicht	226
9.5 Steuergruppe koordiniert den Prozess	227
9.6 In Projekten wird gearbeitet	227
10 Phasen der kooperativen Schul- und Unterrichtsentwicklung	230
10.1 Kooperatives Lernen in Unterrichtsteams	230
10.2 Praxisnahe Fortbildungen – Teamentwicklung – erste Umsetzungen mit spürbarer Wirkung	233
10.3 Zusammenarbeit in Unterrichtsteams aufbauen: ein bewegungsfreundliches Unterrichts- und Lernverständnis entwickeln und im Unterricht umsetzen	234
10.4 Bausteine der <i>Bewegten Schule</i> in das Schulprogramm integrieren	236
10.5 Interne Evaluation für die Entwicklung einer <i>Bewegten Schule</i> nutzen	237
F Schulentwicklungsbeispiele	240
11 Wie kann eine <i>Bewegte Schulentwicklung</i> durch externe Beratung unterstützt werden?	240
11.1 Schulqualität in sieben Schritten gesund entwickeln	241

12 Portraits <i>Bewegter Schulen</i>	247
12.1 Fridtjof-Nansen-Grundschule, Deutschland: Lernen mit Kopf, Herz, Hand und Fuß	247
12.2 Volksschule 5 Wels-Mauth, Österreich: Schulneubau mit bewegtem Konzept	252
12.3 <i>Bewegte Schule</i> Pram, Österreich: Ernte nach 25 Jahren Entwicklungsarbeit	262
G Ressourcen	270
13 Wo finden sich hilfreiche Ressourcen, Werkzeuge und Instrumente für die Gestaltung <i>Bewegter Schulen</i>?	270
13.1 Empfohlene Literatur	270
13.2 Empfohlene Websites und Projekte	272
13.3 Auf einen Blick: Gestaltungselemente für eine <i>Bewegte Schule</i>	276
13.4 Fragenpool für das Erstellen eigener Evaluations- und Feedbackinstrumente	278
13.5 Die <i>Bewegte Schule</i> Schweiz	283
13.6 Die <i>Bewegte Schule</i> Österreich	285
13.7 Die <i>Bewegte Schule</i> Deutschland	288
Literatur- und Quellenverzeichnis	292
Autorenverzeichnis	301