

<b>1</b>	Welchen Sinn hat diese Broschüre?	8
<b>2</b>	Wie lässt sich eine Bewegungsfreudige Schule begründen?	8
	● Bewegung fördert die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen	9
	● Bewegung sichert das Prinzip von Ganzheitlichkeit des Lebens und Lernens in der Schule	10
	● Die Bewegungsfreudige Schule leistet wichtige Beiträge zur Schulgesundheit und Schulqualität	12
<b>3</b>	Wohin bewegt sich die Schule und wo bleibt die Bewegung?	14
	● Beziehungen zwischen Schulentwicklung, Schulqualität und Bewegungsfreudiger Schule	14
	● Bewegungsfreudige Schule und andere Erziehungsansprüche	15
	● Beziehungen zwischen Schulsport und Bewegungsfreudiger Schule	16
<b>4</b>	Welche altersspezifischen Akzentuierungen erfordert eine Bewegungsfreudige Schule?	19
	● Kinder der Jahrgangsstufen 1 - 4	19
	● Kinder und Jugendliche der Jahrgangsstufen 5 - 10	20
	● Jugendliche der Jahrgangsstufen 11 - 13	21
<b>5</b>	In welchen Handlungsfeldern lassen sich Impulse für eine Bewegungsfreudige Schule setzen?	22
	● Unterricht	23
	● Außerunterrichtliche Angebote	23
	● Schulraum	24
	● Schulorganisation	24

# 6

## Welche Bausteine bieten sich für die einzelnen Handlungsfelder an? 26

- Bausteine für das Handlungsfeld „Unterricht“ 26
- Bausteine für das Handlungsfeld „Außerunterrichtliche Angebote“ 27
- Bausteine für das Handlungsfeld „Schulraum“ 28
- Bausteine für das Handlungsfeld „Schulorganisation“ 28
- Grund- und Ergänzungsbausteine 29

# 7

## Wie kann der Bau einer Bewegungsfreudigen Schule gelingen? 30

- Planungs- und Ausführungshilfen im Handlungsfeld „Unterricht“
  - Themenbezogenes Bewegen im Unterricht 30
  - Methodenbezogenes Bewegen im Unterricht 32
  - Bewegungspausen im Unterricht 33
  - Entspannung im Unterricht 35
  - Sportunterricht in einer Bewegungsfreudigen Schule 37
  - Bewegung als Thema im Unterricht 39
- Planungs- und Ausführungshilfen im Handlungsfeld „Außerunterrichtliche Angebote“
  - Bewegung, Spiel und Sport in der Pause 41
  - Freiwillige Bewegungs-, Spiel- und Sportgemeinschaften 44
  - Wandertage, Schullandheimaufenthalte und Klassen-/Kursfahrten 46
  - Schulfeste und Aktionstage mit bewegungsbezogenem Schwerpunkt 47
  - Schulsportwettkämpfe/Sportfeste 50
- Planungs- und Ausführungshilfen im Handlungsfeld „Schulraum“
  - Bewegungsanregende Gestaltung des Schulgeländes 51
  - Bewegungsfreundliche Klassenräume 53
  - Nutzung von „Zwischenräumen“ für Bewegung und Entspannung 55
- Planungs- und Ausführungshilfen im Handlungsfeld „Schulorganisation“
  - Sicherung des Sportunterrichts und weiterer Bewegungszeiten im Schulleben 58
  - Tägliche Bewegungszeiten 60
  - Konferenzen zum Thema „Bewegungsfreudige Schule“ 62
  - Schulinterne Fortbildung 64
  - Zusammenarbeit mit den Eltern 65
  - Zusammenarbeit mit Sportvereinen 68



**8**

Wer ist für die Entwicklung einer Bewegungsfreudigen Schule verantwortlich?

71

**9**

Welche Schritte führen zu einer Bewegungsfreudigen Schule?

74

- Erster Schritt: Ich bestimme meinen eigenen Standort 74
- Zweiter Schritt: Ich verändere meinen Verantwortungsbereich in der Schule 75
- Dritter Schritt: Ich versuche, mit Kolleginnen und Kollegen zu kooperieren 75
- Vierter Schritt: Ich verändere institutionelle Rahmenbedingungen meiner Schule 76

**10**

Wie kann eine Schule bewegungsfreudig bleiben?

77

**11**

Wie bewegungsfreudig ist meine Schule?

80

**12**

Wo gibt es weitere Hilfen für die Gestaltung einer Bewegungsfreudigen Schule?

82

Zu den Autoren

83