

## „Bewegungshelden“

# Programm zur Bewegungsförderung an Grundschulen der Stadt Halle (Saale)

### Konzept "Bewegungshelden - Halle"

"Bewegungshelden - Halle" ist ein umfassendes Programm zur Bewegungsförderung an halleschen Grundschulen. Es integriert Bewegung in den Schulalltag, nutzt innovative Ansätze wie "bewegtes Lernen", fördert die Elternbeteiligung und wird fortlaufend durch den Fachbereich Gesundheit evaluiert. Ziel ist die langfristige Stärkung der körperlichen und geistigen Gesundheit der Kinder sowie die Verbesserung ihrer Lernleistungen und des allgemeinen Wohlbefindens. Darüber hinaus soll das Programm den Zugang zum Breitensport erleichtern und Schulen den Weg zur "Gesunden Schule" ebnen.

### Ziele des Konzepts und thematische Schwerpunktsetzung

- Förderung der körperlichen Aktivität und motorischen Entwicklung
- Stärkung der psychischen Gesundheit
- Etablierung gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen
- Erleichterter und nachhaltiger Einstieg in den Sport
- Förderung des sozialen Miteinanders
- Gestaltung der Schule als gesundheitsförderlichen Lern- und Lebensraum
- Reduzierung der Bildschirmzeit durch attraktive Bewegungsangebote
- Stärkung der Elternkompetenz und des Gesundheitsbewusstseins
- Niedrigschwellige Beratung und Weitervermittlung an Fachstellen

### Bewegungsmodule

#### A. Bewegungsmodul „Aktivpause“

- Ziel: Förderung der Konzentrationsfähigkeit und körperlichen Aktivität im Schulalltag
- Umsetzung: 10-minütige Bewegungspausen, angeleitet durch Bewegungscoach

#### B. Bewegungsboxen „Fit auf dem Schulhof“

- Ziel: Förderung spielerischer Bewegung während der Pausen und in der Freizeit
- Umsetzung: Bereitstellung portabler Bewegungsboxen mit vielfältigem Bewegungsequipment

#### C. „Bewegte Lernstunden“

- Ziel: Verbesserung der Lernleistung durch Verbindung kognitiver und motorischer Prozesse
- Umsetzung: Integration von Bewegungsanteilen in den Fachunterricht

#### D. „Bewegungshelden-Wettbewerb“

- Ziel: Motivation durch spielerischen Wettbewerb und Anerkennung
- Umsetzung: Schulinterne Bewegungswettbewerbe

## Schulung und Begleitung

### A. Schulungen für Lehrkräfte

- Ziel: Befähigung zur Umsetzung bewegungsorientierter Unterrichtseinheiten
- Umsetzung: Workshops zu „Bewegtem Lernen“, „Aktivpausen“ und Bewegungsförderung

### B. Einsatz von Bewegungs-Coaches

- Ziel: Niedrigschwelliger Zugang zu regelmäßigen Sportangeboten
- Umsetzung: Lokale Vereine führen 1–2 Mal pro Woche sportpädagogische Angebote und bewegungsfördernde AGs durch

## Elterneinbindung und -beteiligung

### A. Workshops „Bewegung und Familie“

- Ziel: Sensibilisierung und Motivation von Eltern zur Bewegungsförderung ihrer Kinder
- Umsetzung: Eltern-Kind-Bewegungseinheiten und themenspezifische Workshops (z. B. Ernährung, Stressbewältigung, Medienkompetenz)

### B. Elternberatung

- Ziel: Regelmäßiger Austausch und Unterstützung in Gesundheitsfragen
- Umsetzung: Einzelberatungen, offene Sprechstunden, Informationsmaterialien

### C. Bewegungstagebuch

- Ziel: Dokumentation und Anreizsystem für regelmäßige Bewegung
- Umsetzung: Belohnungssystem mit Urkunden, Medaillen oder kleinen Preisen

## Evaluation und fachliche Begleitung

### A. Bewegungschecks

- Ziel: Überprüfung der motorischen Entwicklung und der körperlichen Fitness durch standardisierte Verfahren

### B. Feedbackschleifen

- Ziel: Fortlaufende Weiterentwicklung und Anpassung des Programms durch Evaluationsergebnisse

## Kontakt und Ansprechpartnerin:

Fachbereich Gesundheit

Abteilung Betreuungsbehörde, Koordination und Planung

Frau Anne Cierpinski

Koordinatorin Gesundheitsförderung Kita/Schule

Tel.: 0345/772 66 510,

E-Mail: anne.cierpinski@halle.de

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V