

# Neuer Schwung im Klassenzimmer

## Die „Bewegungspause“ lockert den Unterricht auf

Um Konzentrations- und Haltungsschäden bei Schulkindern vorzubeugen, hat das bayerische Energieversorgungsunternehmen Lechwerke (LEW) zusammen mit Sportmedizinern und Bewegungstherapeuten kindgerechte Übungen entwickelt, die ohne Aufwand und spezielle Vorkenntnisse in den Unterricht integriert werden können.

Mediziner sind sich einig: Stundenlanges Sitzen im Unterricht wirkt sich negativ auf die Konzentration und Körperhaltung von Schülerinnen und Schülern aus. Die „Bewegungspause“ der Lechwerke schafft hier Abhilfe.

Im Rahmen der bestehenden Bildungsinitiative forum schule – LernenErlebenWissen wurden in Zusammenarbeit mit Sportlehrern und Physiotherapeuten altersgerechte Übungsreihen entwickelt, musikalisch unterlegt und für Lehrkräfte so aufbereitet, dass sie unkompliziert in den Unterricht eingeflochten werden können.

„Jede Übung ist mit einer Geschichte oder Situation verknüpft, die bei Kindern positive Assoziationen weckt“, erklärt die LEW-Projektleiterin und frühere Leistungssportlerin Gabriele Schlecht. So drehen sich in der Bewegungspause für Kinder der 1. und 2. Klasse die Übungen um die Themen Natur, Tiere und Zirkus. Die zweite Staffel ist für Dritt- und Viertklässler gedacht und setzt sich mit Lebenssituationen von Kindern aus aller Welt auseinander. „Anklänge an

interkulturelle Lehrplaninhalte sind dabei durchaus beabsichtigt“, meint die Projektleiterin.

Die Übungen fördern gezielt und dennoch spielerisch motorische Fähigkeiten wie Balance, Koordination oder Rhythmusgefühl. Schulbänke und Stühle sind kein Hindernis – ganz im Gegenteil: Sie sind Bestandteil der „Bewegungspause“ und werden einfach in die Übungen integriert.

Die „Bewegungspause“ wurde so konzipiert, dass sie jeder Lehrer, ob mit oder ohne Sportausbildung, locker umsetzen kann. Lehrer und interessierte Eltern können die „Bewegungspause“ unter [www.lew-forum-schule.de](http://www.lew-forum-schule.de) gegen eine Schutzgebühr von 8,70 EUR anfordern. Im Briefkasten landen dann vier CDs mit den begleitenden Musikstücken, eine DVD mit Booklet, auf der Kinder die Übungen vormachen und ein Postersatz als Gedächtnisstütze fürs Klassenzimmer.

Übrigens: Die dritte Ausgabe für Kinder ab 10 Jahren ist bereits in Planung. „Wir rechnen damit, dass wir sie Mitte 2008 anbieten können“, freut sich Gabriele Schlecht.



**Jetzt online anfordern!**

Mehr Schwung ins Klassenzimmer! Unter [www.lew-forum-schule.de](http://www.lew-forum-schule.de) können Sie das gesamte Material gegen eine Schutzgebühr anfordern. Beide Versionen (1./2. und 3./4. Klasse) der Bewegungspause bestehen aus

- einer DVD mit Info-Booklet
- vier Musik-CDs mit je acht Titeln
- dem Plakatsatz fürs Klassenzimmer