

Bewegung im Unterricht: Kinder sorgen für mehr Spaß und Konzentration!

Elena Eidler vom Schulverein simplystrong besucht Schüler:innen der MS Egger-Lienz, um Bewegungspausen im Unterricht einzuführen.

Dolomitenstadt, Österreich - Am 3. Februar 2025 hat der gemeinnützige Schulverein simplystrong aus Wiener Neustadt einen bedeutsamen Schritt zur Förderung von Bewegung und Gesundheit in Schulen unternommen. Mit einem innovativen Programm, das auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert, besuchte Elena Eidler die ersten Klassen der MS Egger-Lienz und erklärte, dass „Bewegungspausen im Unterricht die Lern- und Konzentrationsfähigkeit in allen Fächern steigern“. Die 15 Schüler:innen erhielten Anleitung, wie sie in ihren Klassen als Bewegungs-Buddies selbstständig kleine Bewegungspausen gestalten können, was nicht nur das Lernen fördert, sondern auch für ein positives Lernklima sorgt. Die Lehrerin Kathrin Janzen lobte die Initiative, die den Kindern nicht nur praktische Übungen wie „Flaggsignal“ und „Waldspaziergang“ näherbrachte, sondern auch zeigte, wie Bewegung Stress abbauen und die Konzentration fördern kann.

Ein echter Erfolg im Klassenzimmer

Nach der vierstündigen Schulung waren die jungen Buddies so motiviert, dass sie gleich mit ihren Mitschülern die neu erlernten Aktivitäten ausprobieren wollten. „Das Flaggsignal war meine absolute Lieblingsübung“, berichtete Luca aus der 1i begeistert. Die Programme Vital4Body, Vital4Brain und Vital4Heart des Vereins beinhalten fast 500 Übungen, die ohne Materialaufwand

im Klassenzimmer durchgeführt werden können. Diese sollen gezielt die Kondition, das Konzentrationsvermögen und die Entspannung fördern, wie unipub.uni-graz.at ergänzte. Mit dieser Initiative wird nicht nur der Schulalltag der Kinder bereichert, sondern auch ihre körperliche Fitness nachhaltig verbessert.

Das Engagement des Schulvereins simplystrong verdeutlicht, wie wichtig es ist, Bewegung in die Bildung zu integrieren. Diese Maßnahmen haben das Potenzial, den Bildungsweg der Schüler:innen entscheidend zu beeinflussen und sie auf eine gesunde Zukunft vorzubereiten, während sie gleichzeitig spielerisch die Freude an Bewegung entdecken. So leisten die Bewegungs-Buddies ihren Teil zu einem aktiven und gesunden Schulumfeld, was für alle Beteiligten von immensem Wert ist.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Dolomitenstadt, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.dolomitenstadt.at• unipub.uni-graz.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at