



Mehr Bewegung führt zu ruhigerem Unterricht

SCHULE Bewegen sich Primarschüler im Unterricht mehr, sind sie ausgeglichener und können effizienter lernen: Die Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich ziehen nach einem Pilotprojekt eine positive Bilanz.

20 Lehrpersonen nahmen am Pilotversuch teil – und sie stellten «verschiedene positive Veränderungen bei den Schülerinnen und Schülern» fest, wie die Schulgesundheitsdienste mitteilten. So gaben 83 Prozent der Lehrpersonen an, dass die Kinder durch bewegten Unterricht effizienter lernten, 78 Prozent stellten weniger Unterrichtsstörungen fest, und 70 Prozent spürten durch die regelmässige Bewegung eine generelle Entlastung im Unterricht. 6 Prozent der Lehrpersonen

meinten hingegen, dass die Schüler unruhiger geworden seien.

Bewegung wird dabei gemäss Mitteilung gezielt und im Sinne des Lehrplans 21 fürs Lernen im Unterricht eingesetzt. Im Rahmen der bewegten Schule werden unter anderem Bewegungsspiele zur Aktivierung durchgeführt oder der Lernstoff auf einem Balanciergerät oder Trampolin geübt, repetiert oder gefestigt. Zudem können den Schülern auch individuelle Pausen zur Bewegung gewährt werden. Das Pilotprojekt «Schule in Bewegung» ging aus dem vor elf Jahren lancierten Programm «Purzelbaum» für Kindergärten und Kindertagesstätten hervor. Mittlerweile setzen 100 Kindergärten und 38 Kitas in der Stadt Zürich auf Bewegung als wichtigen Bestandteil des Tagesprogramms. *sda*