

**„Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen“**  
Ihr Aktionstag „Bewegt in den Beruf“

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Lehrerinnen und Lehrer,

es freut uns sehr, dass Sie den **Aktionstag „Bewegt in den Beruf“** des Programms der **„Bewegten, gesunden Schule Niedersachsen“** durchführen möchten.

Mit dem Aktionstag wird mehr Bewegung in die Schule und den Alltag der Heranwachsenden gebracht. Damit wird neben der Gesundheit auch die Aufmerksamkeits- und Konzentrationsfähigkeit - und damit der Lernerfolg - gefördert.

Das Team der "Bewegten, gesunden Schule Niedersachsen" macht sich stark für gesundheitlich angemessene, entwicklungsfördernde Rahmenbedingungen in der Schule. Diese können oft bereits durch einfache Veränderungen bewegungsreduzierender Gewohnheiten eingeleitet werden.

Beiliegend senden wir Ihnen die ausstehenden Unterlagen zur Organisation des Aktionstages:

(1) <b>Ablaufplan: Aktionstag „Bewegt in den Beruf“</b> .....	1
(2) <b>Teilnahmebedingungen</b> .....	2
(3) <b>Checkliste für den Aktionstag</b> .....	3
(4) <b>Pressemitteilung</b> .....	4
(5) <b>Weitere Fortbildungsmodulare der Bewegten, gesunden Schule Niedersachsen</b> ..	4
(6) <b>Kooperationspartner der Bewegten, gesunden Schule Niedersachsen</b> .....	5

Wir freuen uns auf die gemeinsame Veranstaltung.

Mit freundlichen Grüßen

Hermann Städtler  
Programmleitung Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:  
Stephanie Schmitz (Kordinatorin des Programms)  
E-Mail: [stephanie.schmitz@gesundheit-nds-hb.de](mailto:stephanie.schmitz@gesundheit-nds-hb.de)  
Tel.: +49 (0)511 / 388 11 89 116

**(1) Ablaufplan: Aktionstag „Bewegt in den Beruf“**

Zeit	Programm	Informationen für die berufsbildenden Schulen
<b>5. + 6. Stunde</b> <i>(nach Absprache)</i>	<b>Bewegungsimpulse im Unterricht und im Ausbildungsbetrieb</b> Ein:e Expert:in stellt einer Schulklasse in einer Doppelstunde (max. 90 Min.) verschiedene Funktionsübungen vor. Die Übungen werden, je nach Bildungsgang, an das Belastungsprofil der Auszubildenden bzw. Schüler:innen angepasst. Zudem wird ein Anreiz zur Übertragung in den Berufs- und Schulalltag geschaffen.	Der Demo-Unterricht sollte in der Pausenhalle oder in der Aula stattfinden. Der vorgestellte Unterricht ist bereits ein Teil der Lehrerfortbildung und es ist ausdrücklich gewünscht, dass möglichst viele Lehrkräfte bei der angebotenen Unterrichtsstunde hospitieren oder auch gerne aktiv teilnehmen.
Beginn <b>14.30 Uhr</b>  Ende <b>ca. 18.00 Uhr</b>	<b>Fortbildung für die Lehrkräfte</b> Schwerpunktmäßig für Lehrkräfte und Interessierte, die seitens der Schulleitung zu dieser Veranstaltung eingeladen werden.  Themen: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Schule steuern und organisieren (Lehrergesundheit, Rhythmisierung)</li> <li>➤ Unterricht und Lernkultur (Wie kann ein bewegender Unterricht durch die Anwendung schülerorientierter Verfahren die Lernfreude und den Lernerfolg steigern?)</li> <li>➤ Lern- und Lebensraum Schule (Räume als 3. Pädagoge)</li> </ul>	<b>Bereitstellung durch die Schule:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Raum</li> <li>➤ Laptop</li> <li>➤ Beamer</li> <li>➤ Flip-Chart</li> <li>➤ Stifte</li> </ul>
Beginn <b>19.00 Uhr</b>  Ende <b>20.30 Uhr</b>	<b>Informationsveranstaltung</b> Schwerpunktmäßig für Verantwortliche aus den Ausbildungsbetrieben, Handwerkskammern, kommunale Vertreter:innen, Vertreter:in eines lokalen Sportvereins sowie sonstige Kooperationspartner:innen der Schule, interessierte Schüler:innen (z. B. Schüler:innenvertretung), interessierte Eltern, Schulvorstand.  Themen: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Die Bedeutung der Bewegung für den Lernerfolg und die Arbeitsfähigkeit sowie die Reduzierung von Fehltagen</li> <li>➤ „Bewegt im Beruf und in der Schule“ konkret</li> <li>➤ Vorstellung ausgewählter Funktionsübungen</li> <li>➤ Übertragung der Bewegungsimpulse in den Berufs- und Schulalltag</li> </ul>	<b>Bereitstellung durch die Schule:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Aula</li> <li>➤ Laptop</li> <li>➤ Beamer</li> </ul>

Wir bitten darum, **die Presse am Veranstaltungstag einzuladen**. Eine vorbereitete Pressemeldung erhalten sie mit den Unterlagen für den Aktionstag.

## (2) Teilnahmebedingungen

---

- Die Mindestteilnehmerzahl an der 3,5-stündigen Lehrkräftefortbildung am Nachmittag beträgt 20 Lehrkräfte.
- Die Mindestteilnehmerzahl der Informationsveranstaltung beträgt 15 Personen.
- Zur Förderung der Zusammenarbeit von Schule und Verein, ist es - **für eine kostenfreie Durchführung des Aktionstages** - notwendig, dass ein:e Vertreter:in eines lokalen Sportvereins aktiv am Aktionstag teilnimmt. Der Name des Sportvereins sowie der Name der teilnehmenden Person muss **mindestens zwei Wochen vor Durchführung** der Koordinierungsstelle der „Bewegten, gesunden Schule“ genannt werden.  
Wichtig: Der Sportverein muss Mitglied des Landessportbundes Niedersachsen sein.
- Geeignete Räumlichkeiten (Klassenräume, Lehrer:innenzimmer, Versammlungsraum für die Abendveranstaltung) müssen von der Schule organisiert werden.
  
- Der Aktionstag ist, wenn die Teilnahmebedingungen erfüllt sind, für alle Schulen kostenfrei.

### *Unser Tipp:*

Um einen möglichst großen Personenkreis an dem Tag zu erreichen, können Sie neben den Verantwortlichen aus den Ausbildungsbetrieben und Handwerkskammern auch kommunale Vertreter\*innen, Vertreter\*innen eines lokalen Sportvereins, interessierte Schüler\*innen (z.B. Schüler:innenvertretung), interessierte Eltern, den Schulvorstand sowie die örtliche Presse über die Veranstaltung informieren und einladen.

### **(3) Checkliste für den Aktionstag**

---

- Kollegium informieren
- Hospitationsmöglichkeit für den Vormittagsunterricht / Vertretung organisieren
- Tagesplanung erstellen
  - Welche Klasse wird besucht?
- Sportverein einladen
  - Die Namen der teilnehmenden Person des Sportvereins sind der Koordinierungsstelle der „Bewegten, gesunden Schule“ vorab zu nennen
- Verantwortliche aus den Ausbildungsbetrieben sowie
  - Handwerkskammern
  - Kommunale Vertreter:innen
  - Interessierte Schüler:innen, Eltern, Schulvorstand einladen
- Umliegende Institutionen informieren und einladen, zum Beispiel:
  - Schulen
  - Fördervereine
  - Gesundheitsamt
  - Schulamt
- Örtliche Presse einladen
- Räumlichkeiten festlegen und vorbereiten: Medien (Beamer, Laptop, Flipchart) zur Verfügung stellen
- Hausmeister:in informieren
- Im Vorfeld TN-Zahl der Lehrkräfte-Fortbildung und des Elternabends der Koordinierungsstelle der „Bewegten, gesunden Schule“ mitteilen
- Pressemeldung in digitaler Form nach dem Aktionstag an das Team der „Bewegten, gesunden Schule“ schicken bzw. die Presse bitten, dies direkt zu übernehmen

#### (4) Pressemitteilung

---

#### **FOLGT**

#### (5) Weitere Fortbildungsmodule der „Bewegten, gesunden Schule Niedersachsen“

---

Schulen, die bereits an einem Aktionstag „Bewegt in den Beruf“ teilgenommen haben, können mit dieser Voraussetzung von weiteren Fortbildungsmodulen des Programms profitieren.

Mit thematisch unterschiedlichen Modulen können bereits laufende Prozesse in Schule verstärkt, neue Impulse zur Schulentwicklung gesetzt und somit Nachhaltigkeit gesichert werden.



Weitere Informationen zu den Fortbildungsmodulen finden Sie unter: [www.bewegteschule.de](http://www.bewegteschule.de)

## **(6) Kooperationspartner der Bewegten, gesunden Schule Niedersachsen**

---

Das Programm „**Bewegte, gesunde Schule Niedersachsen**“ ist ein Kooperationsprojekt und wird vom Niedersächsischen Kultusministerium, der AOK Niedersachsen, der hkk Handelskrankenkasse, dem Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover I Landesunfallkasse Niedersachsen, dem Braunschweigischen Gemeinde-Unfallversicherungsverband, dem Landessportbund Niedersachsen e. V. sowie der Techniker Krankenkasse getragen.

Koordiniert wird das Programm von der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen Bremen e. V.