

## ARGUMENTE FÜR VIEL BEWEGUNG UND SPORT IM SCHULALLTAG

Wissenschaftliche Studien belegen: Wenn sich Kinder und Jugendliche auch in der Schule mehr bewegen, wirkt sich das in vielerlei Hinsicht äußerst positiv auf die Entwicklung und das Lernen aus. Bewegung und Sport rhythmisieren

effektiv den Schultag und ermöglichen einen schülergerechten Wechsel von An- und Entspannung. Damit leisten Bewegung und Sport einen bedeutsamen Beitrag zum Wohlbefinden und zur Gesundheitsförderung aller am Schulleben beteiligter Personen.

### BEWEGUNG UND SPORT...

- fördern die physische und psychische Leistungsfähigkeit und erhalten einen guten Körperzustand.
- sind für eine normale motorische, geistige, soziale und emotionale Entwicklung unerlässlich.
- fördern Lern- und Gedächtnisprozesse, denn Bewegungsaktivitäten wirken sich auf die Gehirnstrukturen und deren Funktionen aus.
- verbessern Konzentration und Aufmerksamkeit und schaffen somit günstige Bedingungen für erfolgreiches Lernen in der Schule.
- bieten ein geeignetes Feld eine positive Einstellung zur Anstrengung zu entwickeln, die Lern- und Leistungsbereitschaft zu fördern und sich Leistungsanforderungen zu stellen.
- helfen das eigene Denken, Fühlen und Handeln besser regulieren zu können.
- fördern den Aufbau eines positiven Selbstkonzeptes, stärken die Selbstwahrnehmung und bieten Gelegenheiten für soziale Lernprozesse.
- rhythmisieren effektiv den Schultag und ermöglichen einen schülergerechten Wechsel von Anstrengung und Erholung.
- beeinflussen die Qualität von Schule positiv, denn sie verbessern Unterrichtsprozesse, bewirken ein besseres Schul- und Klassenklima und entlasten somit die Lehrpersonen.

„Um als bewegungsfreundliche Schule zertifiziert zu werden, war ein intensiver und letztlich sehr gewinnbringender Schulentwicklungsprozess notwendig.“

Schulleiter an einem Gymnasium

„Regelmäßige Bewegungspausen haben bei meinen Zehnern die Unterrichts-atmosphäre und ihr Arbeitsverhalten deutlich verbessert.“

Mathematiklehrerin an einer GMS

„Nach einer Flitzerunde um die Schule kann ich mich immer viel besser konzentrieren.“

Schüler einer 2. Klasse



### IMPRESSUM

#### Herausgeber:

Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung – Außenstelle Ludwigsburg  
Reuteallee 40  
71634 Ludwigsburg  
Telefon: 07141 140-640 oder 140-624  
Fax: 07141 140-639  
E-Mail: poststelle.ludwigsburg@zsl.kv.bwl.de

#### Redaktion:

Yasmin Baur-Fettah, Verena Gebre, Judith Herden, Melanie Macias Alvarez, Bärbel Müller

#### Gestaltung

Ilona Hirth Grafik Design GmbH

Mit freundlicher Unterstützung:



## Schulen brauchen Bewegung

Zwei Initiativen, die mehr Bewegung, Spiel und Sport in den Schulalltag bringen:  
GSB und WSB

**SCHULEN MIT SPORT- UND BEWEGUNGSERZIEHERISCHEM SCHWERPUNKT – EINE ERFOLGSGESCHICHTE**

GSB und WSB – Grund- und weiterführende Schulen mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt

Im Rahmen des Gesamtkonzepts der „Sport- und bewegungsfreundlichen Schule“ des Landes Baden-Württemberg (BW) wurde im Jahre 2000 zunächst die Initiative „Grundschule mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt (GSB)“ auf den Weg gebracht. Vier Jahre später wurde es vom Bundesministerium für Gesundheit und soziale Sicherung sowie der Bertelsmann Stiftung mit dem ersten „Deutschen Präventionspreis“ ausgezeichnet. Zu Beginn des Jahres 2019 erfüllen fast 900 Grundschulen in BW die Zertifizierungskriterien einer GSB-Schule. Vor dem Hintergrund dieser Erfolgsgeschichte und der wachsenden Bedeutung von Bewegung und Sport auch für Kinder und Jugendliche in weiterführenden Schulen, wurde vom Landesinstitut für Schulsport, Schulkunst und Schulmusik BW (dem heutigen Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung – Außenstelle Ludwigsburg, kurz ZSL-LB) im Auftrag des Ministeriums für Kultus, Jugend und Sport die Initiative „Weiterführende Schule mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt (WSB)“ erarbeitet und 2010 landesweit bekannt gemacht. Annähernd 100 baden-württembergische weiterführende Schulen wurden mit dem WSB-Zertifikat bereits ausgezeichnet. Grundschulen und weiterführende Schulen können sich nach wie vor auf den Weg machen, sich in einem Schulentwicklungsprozess zu einer zertifizierten Schule zu entwickeln. Das Zertifikat weist diese dann als eine Schule aus, die vielfältig Bewegung, Spiel und Sport im Schulalltag und im Unterricht umsetzt.



**KENNZEICHEN EINER BEWEGUNGSFREUNDLICHEN SCHULE**

In Schulen mit sport- und bewegungserzieherischem Schwerpunkt sind Bewegung, Spiel und Sport zentrale Bestandteile des Schulprogramms und prägen das gesamte

Schulleben in besonderer Art und Weise. Die Umsetzung in einer Schule ist immer gemeinsame Aufgabe aller Lehrkräfte – nicht nur der Sportlehrkräfte.

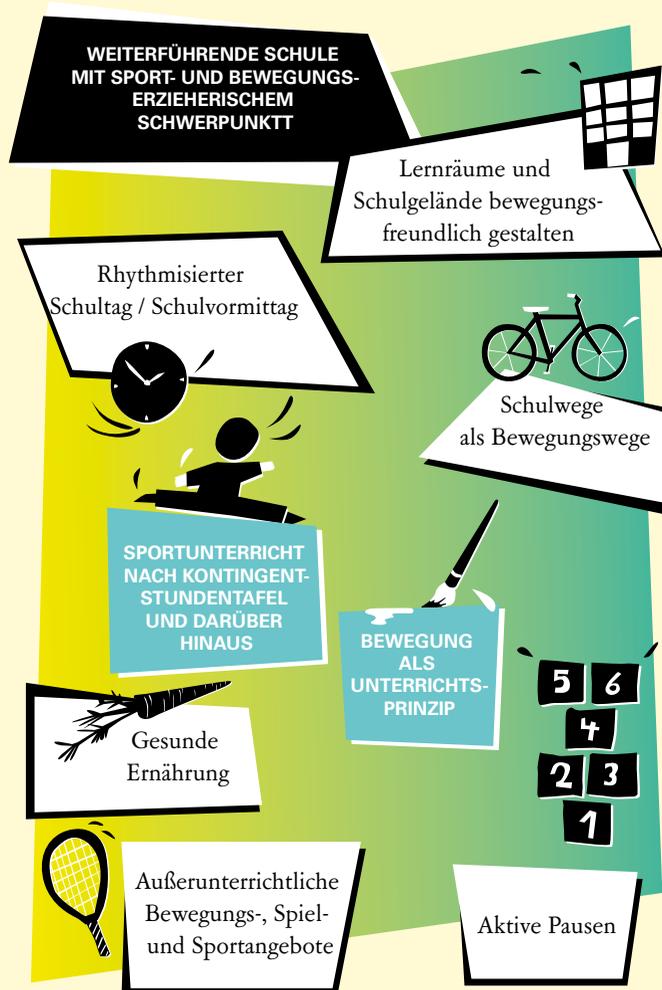
**GSB – DAS KONZEPT**

Folgende Bausteine des GSB-Programms sind für alle Schulen des Landes verbindlich:



**WSB – DAS KONZEPT**

Folgende Bausteine des WSB-Programms bilden die Grundlage zum Erwerb des WSB-Zertifikats:



„Wir haben unsere langen Schultage mit viel Bewegung und Sport neu rhythmisiert und dabei sehr positive Erfahrungen gemacht!“

Schulleiterin an einer Grundschule im Ganztage

„Viel Bewegung und Sport in der Schule machen nicht nur körperlich, sondern auch mental fit.“

Lehrerin an einer Realschule

„Bei meinen Klassen ist eine Bewegungs- oder Stilleübung vor einer Klassenarbeit ein unerlässliches Ritual geworden.“

Lehrer an einer Grundschule

„Wenn im Unterricht Bewegung stattfand, habe ich festgestellt, dass ich besser lernen kann.“

Abiturientin

Wenn Sie als Grundschule oder weiterführende Schule an der GSB- oder WSB-Initiative teilnehmen möchten, finden Sie alle wichtigen Informationen und Formulare unter [www.lis-in-bw.de](http://www.lis-in-bw.de)

**KONTAKT/ANSPRECHPARTNER:**

Zentrum für Schulqualität und Lehrerbildung – Außenstelle Ludwigsburg  
 Reuteallee 40  
 71634 Ludwigsburg  
 Telefon: 07141 140-640 oder 140-624  
 Fax: 07141 140-639  
[poststelle.ludwigsburg@zsl.kv.bwl.de](mailto:poststelle.ludwigsburg@zsl.kv.bwl.de)

